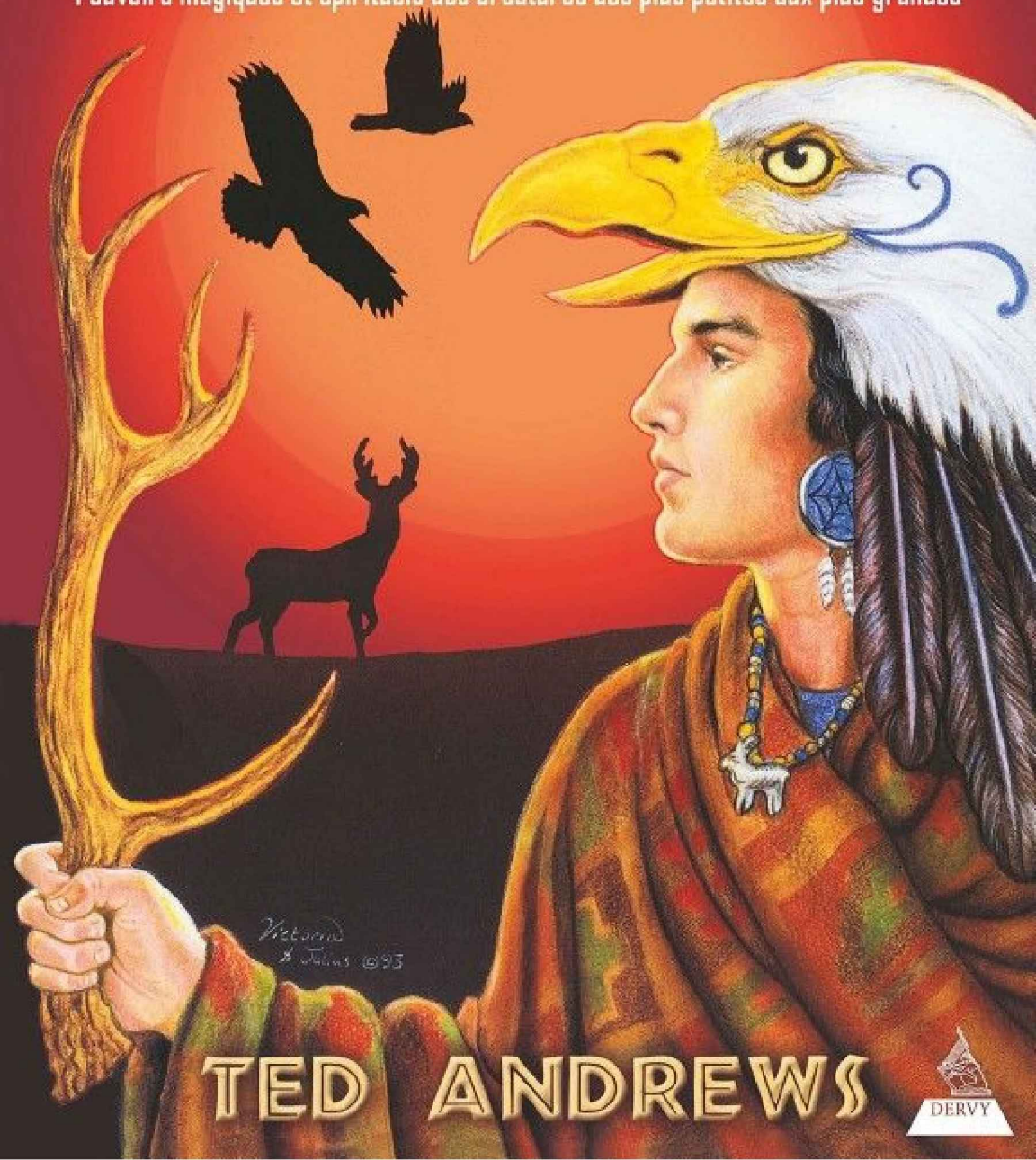
Inclus un dictionnaire exhaustif du symbolisme des animaux

LE LANGAGE SECRET DES ANIMAUX

Pouvoirs magiques et spirituels des créatures des plus petites aux plus grandes



TED ANDREWS

DERVY

VISIT…

LANZAROTE Caliente.COM

Ted Andrews
Traduit de l'américain par Arnaud d'Apremont

LE LANGAGE SECRET DES ANIMAUX

Pouvoirs magiques et spirituels des créatures des plus petites aux plus grandes

Inclus un dictionnaire exhaustif du symbolisme des animaux, des oiseaux, des insectes et des reptiles

Éditions Dervy

Animal Speak. © 1993 by Ted Andrews

Pour la traduction française :
© Éditions Dervy, 2017

19, rue Saint-Séverin 75005 Paris

ISBN : 979-10-242-0328-7

contact@dervy.fr

www.dervy-medicis.fr

Ce document numérique a été réalisé par PCA

À PROPOS DE L'AUTEUR

Ted Andrews (1952-2009) consacrait tout son temps à étudier et enseigner les matières métaphysiques et spirituelles et à écrire dessus. Il animait des séminaires, des colloques, des ateliers et des conférences sur l'ancien mysticisme et se concentrait particulièrement sur la restitution du corpus ésotérique dans un langage compréhensible et pratique pour tout le monde.

Diplômé en hypnose et en digipuncture, Ted était aussi très engagé dans l'étude des herbes et leur application pratique en tant que voie curative alternative. Il était actif dans le domaine de la santé holiste. Après avoir appris le piano, Ted s'était aussi mis à la harpe celtique, à la flûte de bambou, aux hochets chamaniques, aux cloches et aux bols chantants tibétains et autres bols chantants en cristal de quartz pour mettre en place des thérapies individualisées et produire des états de conscience plus élevés.

Voyant, Ted travaillait avec des analyses et des synthèses des vies passées, des interprétations d'aura, les rêves, la numérologie et les tarots. Il a contribué à différents magazines métaphysiques et a publié des articles sur de nombreux sujets, y compris le christianisme occulte, le travail avec nos frères angéliques et les miroirs métaphysiques au sein de nos propres vies. Il a quitté ce monde en 2009.

Visuel de la couverture	Lisa Novak
Dessin de couverture	Victoria Lisi
Mise en page	Constance Hill
Illustrations intérieures du livre :	
Winston Allen	p. [23, 24, 33, 35, 64, 74, 97, 113, 120, 122, 129, 135, 137, 139, 142, 259, 431]
Hrana Janto	p. [99, 112, 116, 280]

Très souvent, nous sommes touchés de différentes manières qui, sur l'instant, semblent infimes, voire insignifiantes, mais qui, plus tard, se révèlent de merveilleux catalyseurs ou des bénédictions. C'est avec joie, amour et gratitude que je dédie ce livre aux personnes suivantes :

À Quenda Healing Woman [Quenda la guérisseuse] pour son amour, sa très chère et précieuse amitié, et pour avoir partagé avec moi sa médecine de la chouette,

À Anna Konik qui, avec son enthousiasme contagieux, m'a ouvert la splendeur et la joie de la fauconnerie,

À Kin Quitugua, qui a partagé avec moi le pouvoir de Hawkquest[1] et m'a montré à quel point la magie des oiseaux de proie pouvait éduquer le public,

Au Brukner Nature Center et à tous ceux qui y travaillent pour m'avoir offert l'opportunité de contacts plus intimes et d'expériences éducatives avec les animaux et la Nature. À eux vont aussi des remerciements spéciaux pour m'avoir autorisé à photographier les animaux résidents du centre et à utiliser leurs photos dans ce livre,

Un merci particulier à Mark Mazzei, Debbie Brill et Terri Menoche du Brukner Nature Center pour leur aide et leurs conseils,

À ma sœur Theresa pour son amour des animaux et son travail avec eux,

À Pagan Alexander pour son aide concernant l'index et sa contribution à certaines notes,

À Constance Hill pour sa créativité graphique et son travail

éditorial,

Et en particulier à celui qui savait que l'ours blanc de ce livre vous emmènerait « à l'est du soleil et à l'ouest de la lune ».

L'interprétation de la conscience est un art, peu importe son approche, philosophique, astrologique, mythologique, ou psychologique... Ted Andrew utilise sa version la plus ancienne et la plus proche de la nature, le chamanisme ; le travail avec l'intention et la conscience des animaux.

J'utilise ce livre depuis plus de vingt ans que cela soit dans mes séminaires sur la conduite du rêve éveillé ou dans une approche purement chamanique pour trouver son animal totem.

Le travail d'interprétation de Ted Andrew sur la connaissance et le savoir de l'animal s'est toujours révélé juste auprès des nombreux participants que j'ai rencontrés, aussi m'a-t-il semblé évident qu'il fallait qu'il soit disponible dans leur langue maternelle.

Ce constat m'a poussé à vouloir que ce livre soit traduit en français car il y a une grande demande pour le retour à la source et la reconnections avec la Nature et la Terre.

Je tiens à remercier mon éditeur de m'avoir fait confiance sur se projet et je suis très heureux aujourd'hui de pouvoir enfin vous présenter ce livre traduit en français.

C'était un rêve de plus de dix ans qui se réalise. Je vous souhaite, cher lecteur, autant d'enthousiasme et de découverte que ce livre a pu m'apporter.

Thierry LIOT

Fondateur de L'institut du rêve et de la conscience.

Auteur de *Voyage initiatique avec Carlos Castaneda* (Dervy, 2015).

INTRODUCTION

APPRENDRE LE LANGAGE ANIMAL

La Nature a rempli ma vie. J'ai eu la chance de passer la majeure partie de mon enfance au milieu des bois, des étangs, des ruisseaux et des champs. Les animaux sont toujours venus vers moi, que ce soit dans mes rêves ou à l'état d'éveil. Ils m'ont guidé pour les décisions de ma vie et ils m'ont même parlé de la mort de mon père.

J'ai croisé le loup dans la nature, les yeux dans les yeux. Et j'ai rencontré des élans, des ours, des porcs-épics et des loutres. J'ai tenu sur mon bras des faucons, des chouettes, et même un aigle royal, et j'ai été mordu par un renard. J'ai nourri des vautours et j'ai été émerveillé par le brame d'un wapiti sur une colline distante.

Les corneilles m'appellent tous les matins et les corbeaux m'ont guidé une fois alors que j'étais perdu. J'ai tenu un frêle hippocampe dans la main et j'ai suivi une grande murène verte jusqu'à une profondeur de 150 pieds. Quant aux faucons, ils gardent toujours un œil sur moi quand je voyage.

Ainsi, à l'aune de tout cela, je suis toujours fasciné par les merveilles de la Nature, par sa multiplicité et, particulièrement, par ce que qu'elle me dit de ma propre existence à l'occasion de telles rencontres. Je cherche à saisir ce qui s'efforce de me transmettre un enseignement. Je sais que la Nature nous parle si nous l'écoutons. Tout animal a une histoire à nous raconter. Chaque

fleur qui s'épanouit est comme un rappel à être créatif et, dans le bruissement de ses feuilles, chaque arbre nous murmure les secrets de la vie.

Ayant consacré une vie d'étude au mysticisme, après une formation en littérature et en linguistique, j'ai découvert dans la plupart des écrits sacrés et des mythologies du monde entier une mine de traditions autour de l'esprit des animaux et de la croyance selon laquelle des forces divines s'adressent aux humains par l'intermédiaire du monde naturel. Les humains ont autant fait partie de ce dernier que celui-ci a fait partie d'eux. Les animaux et la Nature ne sont pas le domaine ou la propriété d'une quelconque société ou d'un fragment de société. Tous les individus sont affectés par eux.

Aujourd'hui, il n'est pas rare d'entendre des personnes dire qu'elles essayent de « retourner à la Nature », de « retrouver le contact avec la Terre ». La vérité, c'est que nous n'avons jamais perdu cette connexion. Nous sommes toujours connectés à la Terre et celle-ci l'est à nous. Tout ce que nous faisons a une répercussion sur elle et tout ce qui se passe sur elle a une répercussion sur nous. Malheureusement, une grande partie des humains a choisi d'ignorer ce simple fait ou est incapable de s'en rendre compte. Le plus triste, c'est qu'en se montrant incapables de révérer la Nature dans ses moindres aspects ou notre connexion avec celle-ci, nous nous montrons aussi incapables de révérer les aspects les plus intimes de notre propre être.

Je fais partie du monde naturel. Et en tant que composante de celui-ci, j'ai la responsabilité d'en apprendre autant qu'il m'est possible sur l'environnement dans lequel je vis. Plus je le comprends, plus je me comprends moi-même. Je me suis toujours efforcé de comprendre mon environnement et toute vie – humaine comme animale – au sein de celui-ci. Pour certains, cela peut simplement faire de moi un naturaliste amateur, mais tout ce que j'essaye de faire, c'est de parler le langage de la vie.

Si vous deviez déménager dans un pays étranger, vous auriez à apprendre la langue de ce pays pour survivre et être productif. Plus vous comprendriez les complexités de ce langage, de ses

jargons et de ses usages, plus vous seriez efficace dans votre vie. Et plus il vous serait facile de survivre et de vous développer.

Le monde naturel fait partie de votre environnement et de votre existence. Et si vous voulez vraiment devenir productif et créatif dans votre univers, vous allez avoir besoin d'apprendre au moins une partie de ses langages. Le plus facile et le plus plaisant à apprendre est précisément le langage animal.

Il existe de très nombreux mythes évoquant un temps et un espace magiques dans lesquels il n'y avait aucune frontière entre les humains et les animaux. Les humains vivaient en paix avec les animaux et parlaient leur langage. C'était une époque de brassage entre le divin et l'humain. Parler de sauvage et de domestiqué n'avait pas de sens. Les animaux et les humains pouvaient se parler. Et parfois les humains apprenaient même la langue des animaux, et vice-versa.

Dans notre quête du scientifique et du rationnel, nous en sommes arrivés à voir la Nature et ses éléments comme des objets séparés de nous et juste bons à être étudiés. Beaucoup considèrent que cette approche scientifique de la Nature a détruit le mysticisme et la spiritualité l'environnant. Elle a fait éclater toute la bulle de mystère. Rien ne pourrait être plus éloigné de la vérité. Ce que la science découvre sur la Nature devrait nous stupéfier et nous emplir d'une sensation d'émerveillement plus grande encore à l'endroit de la magnifique expression de la vie sous ses multiples formes. La science devrait nous enseigner à quel point chaque aspect de la Nature est indissolublement entrelacé avec nos propres existences.

Le monde animal a beaucoup à nous apprendre. Certains animaux sont des experts en matière de survie et d'adaptation. Il arrive que nous puissions utiliser ces mêmes aptitudes. Certains animaux ne se retrouvent jamais dans un état cancéreux. Ne serait-il pas merveilleux de connaître leurs secrets ? Certains autres animaux manifestent d'extraordinaires vertus protectrices ou nourricières. Certains ont une grande fertilité et d'autres une grande douceur. Certains personnifient la force et le courage, tandis que d'autres peuvent se montrer très joueurs. Le monde

animal nous montre tous les potentiels que nous pouvons déployer. Mais pour apprendre des animaux, nous devons d'abord apprendre à communiquer avec eux.

On a souvent prêté aux animaux des qualités fantastiques et cela nous aide à apprécier le monde animal plus pleinement. Chaque animal est une porte ouvrant sur le monde phénoménal de l'esprit humain. Néanmoins, ce que la plupart ne comprennent pas, c'est que ce qu'ils pensent des animaux reflète leur manière de se voir eux-mêmes.

Quand nous apprenons à parler avec les animaux, à écouter avec les oreilles de ces derniers, à voir à travers leurs yeux, nous faisons l'expérience du phénomène, de la puissance et du potentiel de l'essence humaine. Et c'est alors que les animaux ne sont plus nos subordonnés. Ils deviennent nos instructeurs, nos amis, nos compagnons. Ils nous montrent la véritable majesté de la vie elle-même. Ils restaurent notre capacité enfantine oubliée de s'émerveiller devant la splendeur du monde, et ils réveillent notre croyance perdue dans la magie, les rêves et tous les possibles.

Si tu parles aux animaux,
ils te parleront,
et vous vous connaîtrez les uns les autres.

Si tu ne leur parles pas,
tu ne les connaîtras pas,
et ce que tu ne connais pas, tu en auras peur.

Ce dont on a peur, on le détruit.

Chef Dan George

PREMIÈRE PARTIE

SYMBOLES DANS LE MONDE NATUREL

Conscients que les corps visibles ne sont que des symboles de forces invisibles, les anciens vénéraient le Pouvoir divin dans les royaumes inférieurs de la Nature… C'est en étudiant les choses vivantes que les sages de jadis réalisèrent que c'était par la connaissance de son œuvre suprême – la Nature animée et inanimée – que Dieu pouvait être le plus parfaitement compris. Chaque créature existante manifeste certains aspects de l'intelligence ou du pouvoir de l'Éternel[1]*…*

CHAPITRE 1

LES RÔLES MAGIQUES ET SPIRITUELS DE LA NATURE

Il y eut un temps où l'humanité se reconnaissait comme faisant partie de la Nature et, réciproquement, la Nature comme faisant partie d'elle-même. Le rêve et la veille étaient deux réalités indissociables. Le Naturel et le Surnaturel s'entremêlaient et se fondaient l'un dans l'autre. Les individus utilisaient des images de la Nature pour exprimer cette unité et instiller une sorte d'expérience transpersonnelle.

Par le passé, les chamanes, les prêtres et les prêtresses étaient les gardiens de la connaissance sacrée de la vie. Ces personnes étaient connectées aux rythmes et aux forces de la Nature. Elles étaient capables de parcourir les fils qui reliaient les mondes visibles et invisibles. Elles aidaient aussi les individus à se

rappeler que les arbres sont divins et que tous les animaux parlent à ceux qui écoutent.

Les premiers prêtres magiciens pouvaient adopter un déguisement d'animal – en portant des peaux, des fourrures ou des masques – pour symboliser un éveil à certaines énergies spécifiques et l'acquisition de celles-ci. Ils exécutaient des rituels en accord avec les rythmes naturels des saisons pour susciter une plus grande fertilité et faire renaître la vie. Pour eux, chaque espèce et chaque aspect de l'environnement avaient le pouvoir de leur rappeler ce qu'ils pouvaient eux-mêmes manifester dans leur propre existence. C'était une aide pour jeter un pont entre les mondes naturel et surnaturel, pour réveiller les réalités de ces deux-là dans la sphère immédiate de leurs propres vies.

Bien que ces rituels et ces comportements puissent paraître primitifs et même absurdes pour des esprits rationnels de la société moderne, ils n'en demeurent pas moins puissants aujourd'hui. Et les lois qui les gouvernent – physiques et spirituelles – ne sont pas moins viables. Les différentes sociétés ont exprimé ces lois selon des manières spécifiques, mais il est probable que c'est l'ancienne loi hermétique des correspondances qui les a le plus distinctement formulées : « Ce qui est en haut est comme ce qui est en bas ; et ce qui est en bas est comme ce qui est en haut[1]. »

Ce principe enseigne que toutes les choses sont reliées entre elles et ont un sens. Nous ne pouvons séparer le physique du spirituel, le visible de l'invisible. « Ce Principe donne le moyen de résoudre nombre de paradoxes obscurs et le secret caché de la Nature… Les anciens hermétistes considéraient ce Principe comme l'un des instruments mentaux les plus importants grâce auxquels l'homme était capable d'écarter tous les obstacles qui empêchaient de voir l'Inconnu[2]. »

C'est pour cette raison qu'une étude des totems de la nature est essentielle pour comprendre comment le spirituel se manifeste au sein de notre vie naturelle. Un totem, c'est n'importe quel objet naturel, être ou animal, avec les manifestations et l'énergie duquel nous nous sentons étroitement associés au cours de notre

existence.

Nous pouvons utiliser l'imagerie animale et d'autres images totem de la Nature comme moyen d'en apprendre davantage sur nous-mêmes et sur le monde invisible. Nous n'avons pas besoin de croire que ces images et ces totems sont des êtres d'une grande intelligence, mais qu'il y a des pouvoirs archétypaux derrière toutes les manifestations de la Nature, et qui les animent. Ces archétypes possèdent leurs propres qualités et caractéristiques qui se reflètent dans les comportements et activités des animaux et d'autres expressions de la Nature.

Quand nous prêtons attention à un totem de la nature et que nous le reconnaissons comme tel, nous honorons l'essence qui le sous-tend. Nous nous ouvrons à cette essence et nous harmonisons avec celle-ci. Nous pouvons alors l'utiliser pour comprendre plus clairement les circonstances de notre vie. Il nous est loisible de bénéficier de son pouvoir (ou sa « médecine ») en y prenant part. Les totems de la nature – particulièrement les animaux – sont les symboles de sortes d'énergies spécifiques que nous manifestons et avec lesquelles nous nous accordons dans nos vies. L'animal devient un symbole d'une force particulière du domaine spirituel et invisible se manifestant dans notre propre existence. Les caractéristiques et activités de ces totems révéleront beaucoup de choses sur nos aptitudes et pouvoirs innés. En étudiant le totem puis en apprenant à fusionner avec lui, nous sommes en mesure d'invoquer son énergie archétypale chaque fois que c'est nécessaire.

Il y a toujours eu une très importante symbologie associée aux animaux terrestres. Ils ont représenté le côté émotionnel de la vie, reflétant souvent des qualités qui doivent être surmontées, contrôlées et/ou réexprimées. Ce sont aussi des symboles de pouvoir – des pouvoirs associés avec le domaine invisible que nous pouvons apprendre à manifester dans le visible.

Les oiseaux quant à eux ont fréquemment été considérés comme des symboles de l'âme. Leur aptitude à voler reflète la capacité qui est en nous de nous élever à une nouvelle conscience, en bâtissant un pont entre la terre et le ciel. En tant

que totem, chaque oiseau a ses caractéristiques particulières, mais ils peuvent tous être utilisés pour encourager de plus grands envols : des envols d'espoir, d'inspiration et d'idées.

La vie aquatique peut aussi avoir sa traduction totémique. L'eau est un ancien symbole du plan astral et de l'élément créatif de la vie. Les différents poissons et les autres formes de vie aquatique symbolisent l'orientation vers des expressions spécifiques de l'intuition et de l'imagination créative. Ils peuvent exprimer le côté féminin de notre essence.

Le sorcier masqué

Ce symbole très couramment associé au chamanisme est la reproduction d'une peinture rupestre préhistorique (Il s'agit du « Sorcier » de la grotte paléolithique des Trois Frères, commune de Montesquieu-Avantès, Ariège – *N.d.T.*). Entouré par des forces

mystérieuses, l'homme primitif leur répondait par l'imitation. Cet homme s'efforçait d'accorder le divin avec l'humanité. Les prêtres utilisaient des totems et des images pour aider l'homme à se confronter au mystère. Par la danse et le déguisement, entre autres, le prêtre ou la prêtresse allait s'identifier totalement à la divinité et à ses pouvoirs. C'est le symbole du prophète, de l'homme-médecine, et la manifestation des pouvoirs de la Nature. Les images semblables à celle-ci invoquent une présence qui aide l'individu à transcender le physique. Porter la peau d'un animal était un moyen d'apaiser son esprit et d'honorer son pouvoir.

Les insectes font aussi partie de la Nature et ils peuvent tout autant être des totems pour nous. De l'abeille, symbole de fécondité dans les mythes égyptiens, à la mante des Bochimans d'Afrique, jusqu'aux innombrables mythes de femmes araignées ayant créé l'univers, ils occupent une place active dans le schéma spirituel de la Nature.

En étudiant les animaux que vous rencontrez dans votre vie – mammifères, oiseaux, poissons, insectes, reptiles, etc. –, vous pouvez mieux comprendre les circonstances auxquelles vous pouvez être confronté. Vous pouvez ainsi en apprendre davantage sur les types d'énergie que vous avez le plus de chances d'affronter et celles que vous êtes susceptible de manifester dans le cadre de votre vie quotidienne. Vous apprendrez ainsi comment utiliser ces énergies le plus efficacement pour résoudre toutes les situations de l'existence.

La Nature a doté ses habitants d'une aptitude naturelle à l'adaptation. Cela permet aux animaux de vivre dans un lieu particulier et d'une manière spécifique. Il existe des adaptations tant physiques que comportementales. La façon qu'ont certains animaux de s'adapter au froid – que ce soit en épaississant leur fourrure ou même en migrant – en est un exemple commun parmi d'autres.

Un animal comme la chèvre des Montagnes rocheuses a une capacité d'adaptation impressionnante pour survivre dans son environnement montagnard. Ses pattes et ses sabots se sont développés d'une manière qui leur permet de s'agripper plus fermement et plus sûrement. Elle a aussi plus de globules rouges

dans le sang, ce qui l'aide à faire face aux températures plus froides des montagnes. Découvrir comment nos totems s'adaptent pour survivre peut nous permettre d'appliquer ces mêmes principes dans nos vies au gré des circonstances rencontrées.

Le but du présent ouvrage est quintuple. Il entend vous aider à :

— identifier vos totems dans la Nature ;

— apprendre comment honorer leurs énergies, vous harmoniser avec elles et les invoquer plus efficacement dans votre vie ;

— découvrir vos pouvoirs cachés et la signification de vous-même, tel qu'ils sont reflétés par votre totem ;

— appliquer les dons et les pouvoirs d'adaptation de votre totem à votre propre environnement de vie ;

— apprendre le langage de la Nature (physique, spirituelle et magique), telle qu'elle vous parle quotidiennement, déchiffrer et appliquer ce qu'elle vous dit (par le biais des signes et présages) et, de ce fait, parvenir à développer un plus grand respect et une plus grande vénération à l'égard de toute forme de vie, de même qu'un plus grand pouvoir et un plus grand contrôle dans la vôtre.

Le vrai chamane, le vrai naturaliste, travaille à reconnecter la vie humaine consciente avec la Nature et l'Esprit grâce aux totems et aux rituels. Les images des animaux et les expressions de la Nature nous aident à transcender notre conscience ordinaire éveillée pour nous accorder plus aisément avec les univers et êtres éthériques. Le premier pas commence en prenant conscience que toute vision ou imagerie, prenant naissance dans la Nature ou l'esprit intérieur, a une validité à un certain niveau.

Le symbolisme des animaux totems

Les caractéristiques et les activités de ces formes et images animales spécifiques seront très révélatrices de nos propres pouvoirs et aptitudes innés.

Ce qui pose problème à la plupart d'entre nous, c'est l'interprétation de ce que l'on voit dans le mental ou la Nature elle-même. C'est par la lecture, l'étude et la compréhension de ce que

vous voyez et expérimentez que vous pourrez plus facilement le relier à vous-mêmes. N'acceptez pas les totems de la Nature sans discussion. Exposez-les à un processus de validation que vous découvrirez plus loin dans ce livre.

En revanche, n'écartez pas un totem simplement parce qu'il peut ne pas sembler séduisant ou aussi puissant que le voudrait votre *ego*. Car le totem peut être parfaitement approprié pour stimuler votre vie. Parfois, ce n'est que par l'étude et l'exploration du totem spécifique à l'individu que sa signification va vraiment devenir claire. Rappelez-vous que la recherche du sens exact de la forme d'expression qu'utilise la Nature pour se manifester à vous est une manière de l'honorer.

L'humanité a perdu ce lien instinctif avec les rythmes et les configurations de la Nature, et cette perte s'est accompagnée de celle de la réalité de la magie. La Nature essaye de nous montrer quotidiennement que *toutes* les formes de vie peuvent nous instruire. À mesure que nous apprenons à l'écouter, nous rompons avec nos perceptions inappropriées. Et nous découvrons alors que la création magique est la force de vie inhérente en toute chose. Et c'est ça, par-dessus tout le reste, que la Nature enseigne à ceux qui vont apprendre d'elle.

CHAPITRE 2

S'ÉVEILLER À SES ESPRITS TOTEMS

La réalité des esprits et de l'aide qu'ils peuvent apporter aux êtres qui se trouvent dans le plan physique a fait partie du corpus de toutes les grandes religions. Les Grecs échangeaient avec les esprits et les dieux par l'intermédiaire des oracles. Les Bochimans d'Afrique ont développé des rituels et des mythes à partir des mouvements et des activités d'animaux comme l'antilope élan et la mante. Les Américains natifs imitaient les animaux dans leurs danses et leurs rituels pour établir des liens avec le monde des esprits. La croyance en l'existence d'un monde spirituel et en ses multiples manifestations est universelle. Dans de nombreuses sociétés, l'idée la plus répandue veut que les guides spirituels utilisent fréquemment les animaux ou une imagerie animale pour communiquer leurs desseins et leurs rôles aux humains.

Dans nos sociétés modernes rationnelles, on a tendance à se moquer de telles possibilités. Les esprits – qu'ils prennent la

forme des saints, des anges, des ancêtres, des fées et elfes, des démons, ou même des animaux totems – abondent dans nos anciens mythes et autres textes sacrés. Quand des croyances sont aussi universelles que celles-là, un certain crédit devrait leur être accordé.

Leurs descriptions montrent qu'ils sont aussi divers que les humains que nous rencontrons quotidiennement. Ils assument de nombreuses fonctions sur toute la planète. Ils nous aident notamment à reconnaître nos propres aptitudes innées. Et ils contribuent à nous stimuler et à nous protéger. Leurs énergies peuvent servir à guérir, inspirer ou grandir.

L'une des formes les plus communes que prennent les esprits guides est celle d'animaux. La plupart des anciennes sociétés étudiaient le monde naturel afin de comprendre le surnaturel. Les dieux et les déesses étaient souvent décrits comme des animaux. Tout au long du présent ouvrage, nous allons examiner comment la nature – sous l'apparence d'animaux – est un moyen par lequel le spirituel se connecte au physique. Nous considérerons les aspects symboliques et mythiques attribués aux animaux et la manière dont ceux-ci peuvent nous parler individuellement.

Un totem, c'est tout objet naturel, animal, créature ou être aux manifestations et énergies duquel nous nous sentirons intimement associés tout au long de notre vie. Dans ce livre, nous nous concentrerons principalement sur les esprits totems prenant l'aspect des animaux. L'étude des animaux totems est en effet essentielle pour comprendre de quelle manière le monde spirituel se manifeste dans notre vie naturelle.

Nous pouvons utiliser les animaux totems et leurs images pour apprendre sur nous-mêmes et sur le monde invisible. Nous n'avons pas à croire que ces images et ces totems sont des êtres dotés d'une grande intelligence, mais simplement qu'il existe un pouvoir archétypal qui réside derrière ceux-ci, veille sur tout et se manifeste à travers ces créatures. Ces archétypes ont leurs propres qualités et caractéristiques qui se reflètent dans les comportements et les activités des animaux.

Un chamane œuvre à reconnecter la vie humaine consciente

avec la Nature et l'Esprit *via* les animaux totems. L'image de l'animal aide le chamane à transcender la conscience normale éveillée pour qu'il puisse plus aisément s'harmoniser avec les mondes et les êtres éthériques. En découvrant votre animal totem, en l'étudiant et en apprenant à fusionner avec celui-ci, vous allez être en mesure d'invoquer son énergie chaque fois que vous en aurez besoin. Vous serez capable de vous connecter avec des forces et des modèles archétypaux spécifiques par l'intermédiaire de l'animal et comprendre ainsi plus efficacement les modèles et figures de votre propre vie. Quand vous honorez un totem, vous honorez l'essence qui le sous-tend – qu'il s'agisse d'une force réelle ou d'un esprit spécifique utilisant l'image et la forme de l'animal pour communiquer avec vous.

Les anciens prêtres et prêtresses utilisaient les animaux totems pour les aider à se confronter au monde des esprits. Ils imitaient les animaux dans leurs postures, leurs vêtures et leurs danses, en créant des rituels en corrélation avec eux afin d'invoquer et de partager l'énergie se manifestant dans le monde au travers de l'animal concerné. L'animal devenait un totem – un pouvoir ou une médecine. Il devenait aussi un symbole d'une forme spécifique d'énergie. Quand ils s'éveillaient à ce totem et l'honoraient, ils libéraient dans leurs propres vies les énergies archétypales le sous-tendant.

Vous pouvez apprendre à accéder à cette même énergie. En faisant cela, vous commencez à acquérir le langage de la Nature et à vous ouvrir à ses secrets. Toutefois, la première étape est de déterminer quels peuvent être votre animal totem, voire *vos* animaux totems. Il existe des techniques qui vous aideront à trouver vos animaux totems personnels. La plupart sont simples et requièrent à peine plus qu'un sens aiguisé de l'observation et l'application de votre propre imagination créative. C'est ce que ce livre va contribuer à vous enseigner.

La plupart des personnes assimilent l'imagination à l'irréalité. Rien ne pourrait être plus éloigné de la vérité. L'imagination est une aptitude du mental à créer des images et à travailler avec elles. C'est cette capacité qui peut nous donner accès à d'autres

mondes, nous aider à guérir ou à redécouvrir des connaissances perdues et nous ouvrir à des visions plus élevées, et même à des prophéties.

Par l'imagination créative, nous commençons à voir les énergies spirituelles entourant le monde physique et interagissant avec lui. Ce que nous considérons comme de l'imagination est une réalité sous une forme particulière à des niveaux situés au-delà du monde sensible normal. Avec l'imagination créative, nous créons une nouvelle sorte de conscience, un nouveau genre d'expérience en termes de couleurs et de formes. Cela déclenche des manifestations d'inspiration et d'intuition plus élevées qui nous conféreront une compréhension supérieure des conditions de nos vies et des énergies spirituelles affectant celles-ci. Les images sont les outils servant à nous connecter au monde spirituellement créatif. C'est ce qui nous aide à identifier nos esprits totems et à éveiller leurs énergies dans nos existences.

À mesure que nous identifions et reconnaissons nos animaux totems, nous commençons à comprendre réellement nos vies. Et nous sommes en mesure de développer une vision plus exceptionnelle de nous-mêmes, qui s'accompagne d'un nouveau regard porté sur la réalité. Nous nous retrouvons emplis d'une nouvelle inspiration, et plus créatifs encore dans notre vie. Plus on comprend son totem, plus on se comprend soi-même.

CONNAISSEZ-VOUS VOS ANIMAUX TOTEMS ?

(Commencez le processus de découverte de vos animaux totems en examinant les animaux qui vous intéressent le plus, et le moment de votre vie où cet intérêt s'est manifesté. Utilisez le questionnaire suivant pour vous aider à déterminer quels animaux sont le plus probablement vos totems dans la vie.)

1. Quel animal ou oiseau vous a toujours fasciné ? (Nous sommes attirés par ce qui nous parle le plus. Les animaux qui nous fascinent ont quelque chose à nous enseigner.)
2. Quand vous visitez un zoo, quel animal voulez-vous voir en

priorité ? (Pour un enfant, c'est particulièrement important. Les enfants sont les plus ouverts à la Nature et ils peuvent donc plus aisément reconnaître l'animal qui sera important pour eux.)

3. Quel animal (ou quels animaux) voyez-vous le plus fréquemment quand vous êtes dehors ? Avez-vous rencontré des animaux en vous promenant dans la nature ? (Les animaux que nous croisons, dans l'environnement citadin ou dans la nature, ont une signification pour nous. Nous pouvons apprendre d'eux, ne serait-ce qu'en matière de survie au sein de cet environnement.)
4. De tous les animaux du monde, quels sont ceux qui, présentement, vous intéressent le plus ? (Nos intérêts pour les animaux changent. Généralement, nous avons un ou deux animaux de pouvoir pérennes tout au long de notre vie, mais il en est d'autres qui peuvent prendre une place de premier plan quand ils ont quelque chose d'important ou de spécifique à nous enseigner.)
5. Quel animal vous effraye le plus ? (Ce dont nous avons le plus peur est souvent quelque chose avec lequel nous devons apprendre à composer. Quand nous y parvenons, cela devient un pouvoir. Certains chamanes croient que les peurs vont prendre la forme d'animaux et que ce n'est que lorsque nous les affrontons sans crainte que leurs pouvoirs/médecines fonctionnent pour nous au lieu de contre nous. Un tel animal devient alors un totem ombre.)
6. Avez-vous déjà été attaqué ou mordu par un animal ? (Historiquement, si un chamane survivait à une attaque, on croyait que l'animal était l'esprit totem du chamane et que l'attaque était le moyen que le totem utilisait pour éprouver l'aptitude du chamane à manipuler le pouvoir.)
7. Des animaux apparaissent-ils dans vos rêves ou y a-t-il des rêves d'animaux que vous n'avez jamais oubliés ? (C'est particulièrement important si les rêves sont récurrents ou, au moins, si l'image de l'animal dans le rêve

est récurrente. Les enfants rêvent souvent d'animaux et on devrait prêter attention à ces derniers. Ils refléteront souvent des esprits totems spécifiques de l'enfant.)

LES FONDAMENTAUX DES ANIMAUX TOTEMS

Les animaux totems apparaissent sous quantité de noms. On les appelle des esprits animaux, des pouvoirs animaux, des aides totems, pour ne citer que ceux-là. Mais quel que soit le nom sous lequel on fait référence à eux, certaines croyances sont communes.

1. Chaque animal a un esprit puissant.
2. Cet esprit peut être le sien propre ou celui d'un être qui utilise l'image de l'animal pour communiquer des messages du monde aux humains.
3. Chaque animal a ses propres talents. Une étude de ces derniers révélera le type de médecine, de magie et de pouvoir qu'il pourra vous aider à développer dans votre propre vie. Rappelez-vous que chaque animal a une spécialité.
4. Les animaux de pouvoir de toute une vie sont généralement des bêtes sauvages, pas domestiquées. Il existe quelques exceptions, mais même celles-ci sont souvent juste des liens vers le véritable animal de pouvoir. Par exemple, on peut avoir des chiens ou des chats comme totems. Ils ont leurs propres médecine et pouvoir, mais l'animal domestiqué ne peut être qu'une forme aseptisée de sa contrepartie sauvage. Le chien peut être un lien vers le loup, le coyote ou n'importe quel membre de la famille des canidés sauvages. Le chat peut être un lien vers un membre de la famille des félins sauvages, comme les panthères, les lions, les tigres, ou d'autres. Néanmoins, pour un grand nombre de personnes, commencer avec la forme domestiquée de leur totem est une manière de poser les fondations en attendant d'être capables de maîtriser sa

vraie forme de pouvoir et de travailler plus efficacement avec elle.

5. L'animal choisit la personne et pas l'inverse. Beaucoup pensent qu'ils peuvent simplement choisir un animal et commencer à communiquer avec lui. Généralement, c'est l'*ego* qui s'immisce dans ces moments-là. L'individu choisit l'animal qu'il croit plus seyant ou plus puissant, au lieu de prendre en considération ce qui est plus en harmonie avec lui-même. Les résultats sont inefficients et souvent frustrants. Aucun animal n'est meilleur ou pire qu'un autre. La médecine de chaque animal est unique. Il vaut toujours mieux être puissant dans la médecine de la souris qu'être gauche et inefficace dans celle de l'aigle. Vous trouverez votre plus grande réussite dans l'animal qui vient à *vous*.

Quand j'avais quatre ans environ, un esprit loup est venu à moi. À cette époque, je partageais ma chambre avec deux frères plus vieux que moi, et un autre qui avait deux ans de moins que moi. Cette nuit-là, mon père avait emmené mes deux aînés à un match de *base-ball* et je dormais seul dans la chambre avec mon plus jeune frère.

J'étais dans le lit quand j'ai vu des lumières sur le mur. Il y avait un voile léger et, soudain, une vieille femme et un loup se sont avancés dans la pièce. Je me suis mis à crier et à appeler ma mère qui est arrivée à toute vitesse. Alors que je lui parlai de la dame et du loup, elle se contenta de sourire et de border mes draps autour de moi, tout en me disant que j'avais simplement fait un mauvais rêve.

Mais je savais que ce n'était pas un rêve, car la femme et le loup se tenaient à un mètre à peine derrière ma mère. Celle-ci m'invita à me taire et à me rendormir parce qu'elle ne voulait pas que mon frère Tom se réveille. Puis elle ressortit de la chambre.

À peine était-elle partie que la vieille et l'animal se rapprochèrent. Tous deux paraissaient sourire gentiment, mais je n'y prêtai pas attention à cet instant. Je rappelai ma mère. Elle ouvrit la porte et, de nouveau, me dit qu'il n'y avait

personne dans la pièce et que ce n'était qu'un cauchemar. Cette fois, elle me proposa de venir dormir dans son lit : « Ils ne te suivront pas là », me dit-elle.

Ses paroles furent sans effet, car la femme et le loup nous suivirent bel et bien dans sa chambre. Je mis la tête sous les draps et essayai de me persuader qu'ils n'étaient pas là.

À partir de ce jour-là, j'allais souvent revoir le loup et, plus occasionnellement, la vieille femme qui disait s'appeler Grand-mère. Finalement, je devins de plus en plus à l'aise en leur présence, mais je ne parlai plus jamais d'eux à personne car je savais qu'on ne me croirait pas. Des années s'écoulèrent avant que je fusse capable de tout comprendre et de réaliser qui ils étaient et ce qu'ils étaient.

Mes rencontres avec le loup ont continué jusqu'à ce jour – pas seulement dans mes rêves, mais sous la forme d'esprits m'environnant. J'ai aussi eu le privilège de croiser le loup dans la Nature.

6. Vous devez développer une relation avec votre totem. Communiquer avec les animaux demande du respect. Vous devez vous approprier leur point de vue. Ils ne vont pas se lier avec vous immédiatement. Ils doivent apprendre à vous faire confiance et connaître vos limites et, corrélativement, vous devez connaître leurs limites et apprendre à leur faire confiance. Cela prend du temps, réclame de la patience et de la pratique.

7. Vous devez honorer vos totems pour que leur médecine soit efficace dans votre vie. Plus vous les honorez – plus vous leur donnez de signification dans votre existence –, plus ils deviennent puissants et efficaces. Voici quelques façons de les honorer et de les faire entrer davantage encore dans votre vie :
Vous pouvez…

- afficher des photos ou des images les représentant ;
- les dessiner ou en faire des tableaux ;
- lire et apprendre tout ce que vous pouvez à leur propos ;
- acheter des figurines représentant votre totem pour vous-

même, ou vous procurer de petits objets ou des images de votre totem pour les offrir à des amis. Ces fétiches sont des rappels du pouvoir et de l'esprit de votre animal totem ;
- donner de votre temps ou de votre argent à des organisations de protection de la vie sauvage ;
- danser pour honorer votre totem, ce qui crée un lien puissant avec vous. Apprendre à imiter ses comportements. Si c'est une tortue, apprenez à vous mouvoir lentement comme une tortue. Si c'est un lion, apprenez à vous tapir comme lui. Si c'est un oiseau, imitez son sautillement ou son vol. Et, plus important encore, gardez l'animal bien vivant dans votre imagination. Voyez-vous vous-même comme votre animal totem, en utilisant ses qualités dans votre vie aux moments et aux endroits appropriés. *Rappelez-vous que l'imagination est un lien réel avec votre totem.*

8. Une fois que vous avez appris à travailler avec la médecine de votre animal de pouvoir, il devient alors une porte pour vous connecter à d'autres créatures du monde animal. Vous n'êtes pas limité à un seul totem. Chacun peut vous enseigner ou ajouter quelque chose à votre vie, que d'autres ne peuvent pas. Travailler avec votre animal de pouvoir vous permettra d'apprendre comment vous aligner sur les autres. De cette manière, si vous avez besoin d'une plus grande force, vous pouvez invoquer l'image d'un ours et utiliser son énergie. Si c'est de vitesse dont vous avez besoin, vous pouvez vous connecter à l'énergie d'un guépard. Par votre animal de pouvoir, vous apprenez à vous harmoniser avec les énergies des autres êtres et animaux et prendre leur forme.

9. S'il y a un totem (voire plusieurs) qui l'emporte en force dans votre vie et demeure avec vous la plupart du temps, il en est quand même d'autres qui jouent un rôle dans votre existence. Vous pouvez avoir un totem pour le temps d'une seule journée. Ou vous pouvez en avoir un qui vous accompagnera et vous aidera à traverser une période particulièrement rude de votre existence.

Un totem peut rester avec vous tout au long d'un cycle de plusieurs années. Un autre pourra être présent uniquement quand vous accomplirez un travail créatif. Il est fort probable que vous ayez des totems différents pour des domaines distincts de votre vie. Il n'y a aucune limite au nombre de totems avec lesquels vous pouvez travailler. Le point clé est simplement de se connecter fortement et pleinement avec au moins un totem. C'est ce qui étendra votre conscience et créera une passerelle pour entrer plus aisément en relation avec d'autres totems.

Des chouettes venaient souvent à moi dans mes rêves quand j'étais enfant. Puis, lorsque j'ai atteint l'âge de douze ans, leurs visites devinrent moins fréquentes. Et avant que j'aie quitté le lycée, elles cessèrent complètement. Des années plus tard, la chouette revint une fois dans mes rêves. Je lui demandai alors où elle était passée.

« Je ne peux rester quand le cœur est clos. »

Je me rappelle l'avoir regardée, perplexe, et je suis certain que la chouette sourit alors face à ma réaction. « Je reste silencieuse quand je suis près de toi, mais je reviendrai quand ton cœur sera rouvert et que ce que tu laisses contribuer à le fermer sera parti. Tu as eu besoin d'autres plus que de moi au cours de toutes ces années. »

Je vis alors des mouvements derrière la chouette et aperçus tous les grands félins qui m'avaient visité si souvent dans mes rêves depuis mon adolescence – les panthères, les cougars et les tigres. Il me fut ensuite montré une image de mon père et de sa manière de traiter bien souvent mes frères et moi. Et alors je me réveillai. Des années encore plus tard, la chouette commença à se remontrer dans mes rêves – toujours à distance et toujours silencieuse. Il s'agissait généralement de rêves rejouant des scènes de mon enfance.

En 1989, ma chère amie Quenda Healing Woman m'offrit quelques enseignements de la chouette. Mes yeux s'emplirent de larmes et ma gorge se noua. Des images de mort et de funérailles envahirent mon esprit. Et je sus alors que mon père allait bientôt mourir.

Deux mois plus tard, il décéda du cancer. Et la chouette me revisite régulièrement depuis dans mes rêves.

10. Plusieurs personnes peuvent avoir le même totem. Je connais un certain nombre d'individus qui travaillent avec la médecine du loup. Il y a des facteurs communs dans la manière de fonctionner de chacun, mais on relève aussi des différences. Les énergies et l'esprit archétypaux qui se reflètent dans le loup vont se manifester de manière singulière et exclusive pour chacun, parce que chaque personne est unique. Le rôle que joue le totem sera spécifique de bien des manières à l'individu.

Des personnes qui sont en relation étroite peuvent partager un totem. Celui-ci devient un guide pour rendre la relation plus forte encore, et plus productive. Le totem peut veiller sur un couple. Mais le partage de totems n'est pas réservé aux couples. Les groupes de guérison ou de méditation partagent souvent un animal totem pour superviser leurs activités.

Le loup est un totem que je partage avec mon épouse. Il œuvre avec chacun de nous individuellement, de manières distinctes, mais aussi conjointement avec nous en tant que couple. Il y a un certain nombre d'années, mon épouse et moi étions partis pour une virée en canoë au moment de mon anniversaire, dans le nord de l'Ontario. À minuit, le jour de mon anniversaire, nous fûmes réveillés par des hurlements de loups au loin.

C'était exceptionnel, car c'est très rare d'en entendre à cette période de l'année. Le hurlement continua par intermittence toute la nuit. Chaque fois qu'il se refaisait entendre, il provenait d'une direction différente. Ce fut l'un des plus beaux cadeaux d'anniversaire que j'aie reçus.

En une autre occasion, nous avons aussi accompli un périple dans la forêt nationale de Superior (Superior National Forest), dans l'espoir de nous connecter physiquement avec notre loup totem. Des gens visitent la Superior année après année, sans établir le moindre contact avec le loup. Mais nous sentions que si celui-ci était vraiment notre totem, nous devions y croire et essayer. Alors que, déçus de n'avoir rien

vu, nous nous apprêtions à quitter l'endroit, un magnifique loup sortit des arbres et se figea à une dizaine de mètres devant nous. Il se tourna et nous observa. Ses yeux demeurèrent plantés dans les nôtres pendant ce qui nous sembla une éternité. Puis il s'approcha et nous suivit dans les ombres des arbres, avant de disparaître dans le bois en nous laissant exaltés et ravis.

RENCONTRER SON ANIMAL TOTEM

L'exercice qui suit vous aidera à rencontrer votre animal totem. Nous utiliserons l'imagination créative pour contribuer à vous ouvrir plus efficacement au monde animal. Mais n'ayez pas peur à l'idée de peut-être tout inventer : si l'animal en question n'avait pas de signification pour vous, vous ne penseriez pas à lui.

Il est important d'être détendu et de ne pas exécuter l'exercice avec l'esprit occupé par la moindre idée préconçue. Laissez l'animal totem se présenter à vous. Laissez-le vous choisir, plutôt que de le choisir, vous. Gardez à l'esprit que le totem aura une signification symbolique pour vous. Plus vous apprenez de choses sur lui et plus vous méditez sur la manière selon laquelle il peut être le reflet de votre propre vie, plus il vous sera aisé d'avoir accès à ses énergies.

Dans des exercices tels que ceux-ci, la plupart des individus ont quelques problèmes à interpréter les images rencontrées. Votre totem naturel peut être un oiseau, un mammifère, ou même un insecte ou un reptile. Lisez, étudiez et apprenez tout ce que vous pouvez sur votre totem pour faciliter votre capacité à le relier à vous-même. Ne vous contentez pas d'accepter votre totem sans question. L'imagination est un outil merveilleux, mais si elle n'est pas utilisée correctement, elle peut vous aiguiller dans une mauvaise direction. Soumettez votre totem à un processus simple de vérification :

— Que vous inspire-t-il ?

— Quelles émotions/sensations fait-il naître en vous ?

— Est-ce un animal qui vous intéressait déjà par le passé ?

— À quoi vous fait-il penser ?

— En laissant vraiment parler votre cœur, quelle est votre réaction face à cet animal ?

S'éveiller à son animal totem

Apprendre à utiliser les énergies de votre animal totem à l'aide de l'imagination créative est essentiel pour réveiller la magie et le pouvoir

de sa médecine.

Ne rejetez pas l'animal à la légère, simplement parce qu'il n'est pas aussi « chic » que votre *ego* l'aurait voulu. Ce totem peut vous être parfaitement adapté, mais vous ne le saurez pas tant que vous n'aurez pas étudié et exploré plus attentivement ses qualités et caractéristiques. Utilisez les dictionnaires du présent ouvrage pour vous aider, mais ne vous limitez pas à ceux-ci. Faites vos propres explorations. Chercher la signification du totem et sa correspondance avec votre propre personne et les circonstances de votre vie est une façon de l'honorer. C'est la première étape dans l'établissement d'une communication pouvant conduire à un véritable dialogue avec l'animal.

Si, après l'avoir étudié et exploré, vous ne parvenez toujours pas à trouver la moindre correspondance avec vous, refaites l'exercice. Si vous obtenez l'apparition d'un totem montrant les crocs ou s'il est d'une quelconque manière effrayant, arrêtez simplement l'exercice. Vous ne risquez rien. Vous pouvez vous arrêter quand vous voulez. Et vous pouvez réitérer l'expérience aussi souvent que vous le désirez. Les totems enseignent que tout ne dure qu'un instant et que c'est vous qui avez le contrôle de celui-ci.

Gardez aussi à l'esprit que les images effrayantes sont le plus souvent des projections de vos propres peurs. Elles peuvent être aussi des expressions de résistance. Il est parfois fascinant de voir à quel point nous sommes programmés pour ne pas accepter tout ce qui ne peut être expliqué rationnellement dans l'instant. Chaque individu est à un certain stade conditionné par l'idée : « Mieux vaut un mal que l'on connaît qu'un bien qui reste à connaître. »

Quand vous commencez à explorer les mondes intérieurs et le rôle qu'ils exercent sur le monde extérieur par l'intermédiaire de la Nature, ce peut être un peu perturbant. Cela s'accompagne souvent d'une sensation de vulnérabilité, d'absence de protection, de non-contrôle. Si vous êtes confronté à la peur et à une résistance, pensez à votre animal de compagnie favori et imaginez que vous l'emmenez dans l'exercice. Cela vous

apaisera : son énergie est toujours aimante et protectrice pour vous dans les mondes intérieurs.

Face à des exercices comme ceux qui suivent, les individus se demandent souvent s'ils expérimentent un véritable voyage chamanique. La différence réside simplement dans la profondeur de l'expérience. Dans un authentique périple chamanique, vous êtes réellement plongé dans celui-ci ; vous le ressentez pleinement et le vivez au premier chef. Il ne suivra pas toujours un schéma prédéterminé. Dans un exercice de méditation tel que le suivant, vous vous observez vous-même en train de faire l'expérience de la situation ou d'imaginer comment elle pourrait être vécue. Avec du temps et de la pratique, la méditation peut devenir une porte vers un vrai voyage.

La plupart des exercices visant à découvrir son totem peuvent suivre un schéma de base.

1. Relaxation.
2. Entrez dans une grotte ou un arbre.
3. Ressortez de la grotte ou de l'arbre par un autre côté pour faire irruption dans une prairie ou un espace naturel.
4. Ressentez la quiétude de la nature.
5. Laissez le totem faire son entrée dans la scène.
6. Laissez l'animal vous parler : ses mouvements, les bruits qu'il fait, sa forme, sa couleur, etc. vous transmettront un message sur son pouvoir. Vous pouvez même entendre ses pensées dans votre propre cerveau. Permettez-lui de vous dire ou de vous montrer comment il vous a déjà aidé par le passé et comment il le refera dans l'avenir.

7. Remerciez-le pour vous l'avoir fait savoir et demandez-lui qu'une confirmation tangible qu'il est bien votre animal totem vous soit donnée dans les jours à venir (dans la semaine, en somme). De telles confirmations peuvent se manifester de bien des manières. Vous pouvez reconnaître son faciès dans les marques d'une pierre. Ou il peut vous apparaître dans un rêve. Vous pouvez aussi croiser une de ses représentations (statues, figurines, photos, tableaux, voire à la télévision où un programme pourra lui être consacré). En tous les cas, si c'est bien votre totem, une confirmation de sa présence vous sera donnée sous une forme tangible, dans une mesure (quantitative ou autre) qui ne pourra être une coïncidence.
8. Revenez dans la grotte ou l'arbre du départ et regagnez son autre point d'entrée. Puis ressortez.
9. Prenez quatre ou cinq respirations lentes et profondes, et

sentez-vous bien ancré à la terre et connecté à celle-ci.

10. Entamez votre processus de vérification. Cherchez des informations sur le totem et ses qualités, et étudiez-les. Méditez sur ses qualités, contemplez-les et voyez comme elles s'appliquent à vous et aux circonstances de votre vie.

Préparation

Les tambours et hochets sont des instruments que l'on peut utiliser efficacement, même s'ils ne sont pas cruciaux. Si on utilise des tambours ou des hochets, le rythme doit être lent et régulier. Le battement du tambour doit vous guider. Je vous recommande de ne rien tenter de visualiser, mais simplement de vous asseoir et de ressentir le battement de l'instrument pendant cinq minutes au moins. Cela va vous détendre et synchroniser les rythmes de votre corps avec ceux du tambour. Si vous n'avez ni tambour ni hochet, vous pouvez vous servir d'un enregistrement de musique douce, répétitive et non intrusive.

Assurez-vous que vous ne serez pas dérangé. Coupez le téléphone, verrouillez la porte et/ou faites tout ce qui est nécessaire pour ne pas être interrompu. Mettez-vous à l'aise. Asseyez-vous ou allongez-vous (selon ce qui vous est le plus aisé) mais, dans tous les cas, gardez le dos bien droit de manière que le sang circule librement le long de la colonne vertébrale. Fermez les yeux et respirez profondément. Puis commencez à exécuter une relaxation progressive. Concentrez-vous sur chaque partie de votre corps l'une après l'autre en envoyant au fur et à mesure dans chacune d'entre elles des sensations chaudes et apaisantes. Commencez par la plante du pied et remontez progressivement jusqu'au sommet du crâne. Prenez votre temps pour y arriver. Plus vous êtes détendu, plus l'exercice sera efficace. Ne vous inquiétez pas si votre esprit s'égare. Ramenez-le simplement à l'endroit où vous vous êtes détourné et poursuivez l'exercice. Puis imaginez simplement les scènes qui suivent.

Exercice

À mesure que vous vous relaxez, vous vous sentez de plus en plus léger. L'environnement paraît s'estomper et vous êtes enveloppé dans le manteau sombre et chaud de vos propres énergie et esprit. Vous vous sentez dans une chaude et confortable sécurité.

Mentalement, vous commencez à voir une douce lumière et, lentement, le paysage apparaît. Vous vous trouvez au bord d'un étang à l'eau cristalline. Le ciel est bleu. Dans le lointain, une légère brume est posée sur l'horizon. Au-dessus de vous, dans le ciel, on aperçoit conjointement le soleil et la lune. Est-ce le crépuscule ou l'aube ? Vous n'en êtes pas certain, mais ce que vous savez, c'est qu'il s'agit d'un de ces puissants moments intermédiaires, comme de temps suspendu, « entre chien et loup », où le voile séparant le physique et le spirituel est plus fin que jamais.

Sur votre droite, à l'autre extrémité de l'étang, il y a une cascade, enveloppée d'un nuage de fines gouttelettes fraîches et vaporeuses. À partir de la chute d'eau, des ondulations strient la surface de l'onde, en déformant tout reflet. Tout cela confère au décor une apparence irréelle.

Vous regardez l'herbe verte autour de vous et les arbres à quelque distance. Tout est silencieux. On pourrait dire que la Nature est comme dans un état de tranquille expectative, d'attente sereine. Vous tournez de nouveau le regard vers la cascade et, cette fois, vous remarquez une zone sombre derrière le rideau d'eau. Vous vous déplacez vers elle et, en approchant, vous apercevez l'entrée de la grotte à demi dissimulée derrière. Précautionneusement, vous vous glissez derrière le voile d'onde et vous vous avancez dans l'obscurité feutrée de l'intérieur de la caverne.

Tout de suite, vous êtes surpris car elle est illuminée par la flamme douce de torches. La lumière qui en émane dispense une impression de chaleur dans la vaste grotte. D'une certaine manière, l'endroit vous semble familier et, mieux encore, il vous

donne l'impression d'être attendu.

Au fond de la chambre caverneuse, vous apercevez l'entrée d'un tunnel, lui-même éclairé par des torches. Vous jetez un coup d'œil derrière vous, au-delà de la cascade, puis vous décidez de vous aventurer plus avant à l'intérieur de la grotte. Vous vous y sentez aussi bien qu'il vous a semblé de prime abord et plus vous progressez vers le tunnel au fond de la caverne, plus vous éprouvez une sorte de léger vertige ; un petit rire enfantin s'échappe de votre gorge. Oui, pour la première fois depuis bien longtemps, vous avez l'impression de redevenir un enfant, prêt à ouvrir et à explorer les merveilleux trésors du monde.

Vous quittez la grotte pour vous engager dans la galerie et vous commencez à la suivre lentement. Elle est bien éclairée et vous ne ressentez pas le moindre trouble. Vous tendez les bras et touchez les parois de vos mains. Vous êtes étonné par leur chaleur. C'est comme si vous pouviez sentir le sang vital de la terre s'écouler dans ces murs.

Alors que vous progressez, le tunnel s'élargit et son plafond s'élève. Les torches sont moins nombreuses et plus distantes, mais vous notez qu'il paraît faire de plus en plus clair. Or vous atteignez deux torches qui ne sont même pas allumées. Vous vous arrêtez et vous les touchez, juste pour vérifier qu'elles ne se sont pas éteintes récemment. Alors vous regardez devant vous et vous comprenez pourquoi ces torches n'ont pas besoin d'être allumées. Le tunnel s'est tellement élargi que le soleil peut pénétrer quasiment de cinquante mètres à l'intérieur.

Vous pouvez voir au-delà de l'entrée de la galerie. Au loin, il y a une rivière et une herbe verte luxuriante. La lumière solaire scintille sur cette dernière comme si elle se reflétait dans la rosée du matin par une belle journée d'été. De l'autre côté du champ, on aperçoit l'orée d'une magnifique forêt d'un vert intense. Vous marquez une pause, mais simplement pour un bref instant. Puis vous franchissez en courant les cinquante derniers mètres et jaillissez du tunnel pour vous retrouver dans la chaude lumière du soleil de cette splendide prairie.

Vous sentez la chaleur de l'astre diurne sur votre visage et

l'herbe douce sous vos pieds. La fragrance du miel et des fleurs sauvages printanières vient titiller votre nez. L'air est pur. Vous penchez la tête en arrière et étirez les bras au maximum. Fasciné par la beauté et la quiétude de cette merveilleuse prairie, vous tourbillonnez sur vous-même et riez.

Près de la rivière se dresse un puissant chêne séculaire. Autour de lui s'étend un tapis de l'herbe la plus verte et la plus grasse que vous ayez jamais vue. Vous courez vers lui et vous asseyez sous sa ramure. Vous vous allongez dans l'herbe, roulez dans sa douce épaisseur et respirez sa délicate odeur. Puis vous vous rasseyez. Près de l'arbre, il y a une pierre, qui semble épouser la forme d'un fauteuil.

Vous vous asseyez dessus et, ce faisant, vous constatez qu'elle s'ajuste parfaitement à votre corps. Cela vous fait glousser d'émerveillement. Vous respirez profondément et, depuis ce « fauteuil », vous regardez autour de vous. Tout est calme et paisible et vous savez que cette prairie est un lieu où la faune doit assurément venir. Pendant un moment, vous enviez les animaux et les oiseaux qui disposent d'un tel espace de splendeur.

Vous êtes toujours assis sur le « fauteuil » et jouissez de la beauté de la nature. C'est comme si, à chaque respiration, vous faisiez de plus en plus partie de cette dernière et qu'elle faisait de plus en plus partie de vous-même.

Puis, brusquement, vous avez un sursaut. Du coin de l'œil, vous croyez repérer un mouvement à la lisière de la forêt. Vous retenez votre souffle. Peut-être que vous allez voir un animal. Et cette fois, vous apercevez vraiment un déplacement parmi les arbres.

Cela va-t-il s'envoler au-dessus de vous ou s'avancer dans la prairie ? Vous êtes là, assis, immobile, quand enfin un animal pénètre dans votre champ de vision. Ne le brusquez pas. Laissez-le se montrer à vous. Et alors qu'il fait cela, ses yeux vous débusquent et il soutient votre regard.

Vous n'avez jamais rien vu d'aussi magnifique, d'aussi unique. De tels animaux vous ont toujours paru si sauvages et hors

d'atteinte. Mais aucune peur ne s'empare de vous et tandis qu'il s'approche, vous ne ressentez que reconnaissance et émerveillement. Ce ne peut assurément être qu'un rêve ! Mais à cet instant, comme en réponse à vos pensées, il émet un son, esquisse un mouvement, un geste, et vous fixez les yeux sur lui. À ce moment précis, vous commencez à comprendre. Des flashs de mémoire vous rapportent comment, par le passé, cet animal a pu déjà vous aider. Vous savez pourquoi vous avez toujours été fasciné par lui. Et alors il se met à se déplacer vers le tunnel. Il marque une pause et se retourne vers vous, comme s'il voulait vous dire : « Maintenant, il est temps d'y aller. » Vous vous levez et vous mettez à le suivre. Alors que vous approchez de l'entrée de la grotte, il attend. Il est si proche. Plus que quelques pas et vous pourrez le toucher.

Précautionneusement, gentiment, vous tendez la main vers lui. Mais avant même que vos doigts aient pu s'approcher suffisamment pour le toucher, il saute et regagne l'orée du bois. Là, il s'arrête encore une fois, se retourne pour vous regarder, avant de disparaître dans les feuillages.

Vous comprenez. Cela va prendre du temps pour établir une relation réelle. Vous avez beaucoup à apprendre l'un de l'autre. Jusque-là, il va vous falloir être patient. Vos lèvres ébauchent un petit sourire ému mais triste. Puis vous rebroussez chemin vers le tunnel et regagnez la cascade.

Lorsque vous repassez derrière la chute d'eau pour sortir de la galerie souterraine, vous contemplez l'étang cristallin. Vous voyez votre reflet subtilement déformé par les ondulations. Alors, derrière votre image trouble, vous voyez la forme de votre animal totem. Vous avez un hoquet avant d'éclater de rire, tout en le remerciant de s'être ouvert à vous. Au même instant, l'image disparaît et la scène autour de vous commence à s'estomper. De nouveau, vous vous retrouvez dans la chaude obscurité de votre propre esprit. En vous, l'image de votre totem est puissamment ancrée, tandis que vous respirez profondément et revenez tranquillement dans votre environnement de départ.

CHAPITRE 3

LE MYSTÈRE ET LA MAGIE DU PRÉDATEUR ET DE LA PROIE

L'individu moyen comprend rarement quelle connexion il a avec l'environnement et quel impact il a sur celui-ci. La plupart des gens vivent dans des environnements urbains confinés, isolés de la nature sauvage, c'est-à-dire du monde vraiment naturel. Nos arbres et nos gazons sont impeccablement entretenus. On achète notre nourriture déjà préparée et conditionnée. Beaucoup ne voient la vie animale que sous la forme d'une charmante petite peluche ou du genre du « maudit lapin[1] » que l'on rencontre à la télévision ou dans les dessins animés. Les seuls animaux vraiment sauvages avec lesquels nombre de nos contemporains ont une chance d'avoir un contact sont ceux qui ont su s'adapter pour vivre dans nos milieux urbains – des écureuils, des renards, des merles, et autres petites bêtes du même ordre.

De ce fait, il n'est guère étonnant que la plupart des personnes

n'aient pas la sensation de faire partie du monde de la Nature. Il n'y a que très peu de connexion avec celui-ci et, par conséquent, encore moins de préoccupation pour lui. Pour quelques personnes, il peut encore susciter un peu de fascination, mais pour le plus grand nombre, on observe une quasi-absence de révérence, de respect ou de compréhension à son endroit. Le monde n'est qu'un objet distant et abstrait rempli de diverses créatures et plantes, mais qui n'a pas d'autre existence ou but que de prendre soin de nous.

J'ai consacré sept années de mon enseignement à un programme particulier d'éducation alternative en ville. Nous avions pour but de former des étudiants qui avaient des problèmes comportementaux, sociaux, financiers ou scolaires à des postes de débutants dans le monde du travail. La plupart d'entre eux étaient incapables de fonctionner dans le système normal des lycées et ils n'auraient probablement jamais achevé leur scolarité. L'illettrisme était répandu parmi eux, et les casiers judiciaires n'étaient pas rares. Et la plupart d'entre eux n'avaient pas voyagé plus loin que les terminus des lignes de bus urbaines.

Au cours de ma dernière année de ce programme, j'ai organisé des sorties à la campagne. L'une de ces virées était à destination du zoo de Cincinnati, distant d'environ quatre-vingts kilomètres. Seule une poignée avait déjà visité un zoo et ils n'y étaient jamais retournés depuis leur petite enfance. Leur réaction fut fantastique.

Je n'avais jamais vu une telle manifestation d'émerveillement, d'admiration et d'excitation. Chaque fois que je me retournais, des étudiants couraient vers moi et me décrivaient sans reprendre leur souffle l'animal « bizarre » qu'ils venaient de voir. On me tiraillait dans tous les sens pour « aller voir ça ! ». Les yeux qui paraissaient le plus souvent froids et absents devenaient soudain grands ouverts et vivants. Les étudiants qu'on voyait rarement sourire débordaient d'enthousiasme. Quant à ceux qui passaient leur temps à se bagarrer, ils étaient brusquement ouverts et sympathiques. Et tous – d'ordinaire si soucieux de montrer qu'ils étaient des durs et des adultes – retrouvaient une partie des émerveillements de l'enfance qu'ils avaient perdus, voire n'avaient

jamais connus.

Tout cela parlait à chacun d'entre eux au plus profond d'eux-mêmes. Dans le bus du retour, les conversations furent détendues et enjouées, même quand des débats animés s'instaurèrent autour de leurs animaux préférés. Bientôt, les discussions s'estompèrent et les étudiants se réfugièrent dans une contemplation silencieuse. Puis, à mesure que nous nous rapprochâmes de l'école, les postures changèrent.

Certains changements furent subtils. La « contemplation silencieuse » se métamorphosa en masques de stoïcisme. Puis les yeux redevinrent vides et indéchiffrables. Mais d'autres transmutations ne furent pas aussi subtiles. Ainsi, certains étudiants commencèrent à s'agiter. Les conversations reprirent, mais, cette fois, elles n'étaient plus du tout enjouées et axées sur les bons moments passés au zoo. Au contraire, plusieurs se montrèrent soudain gênés par le comportement qu'ils avaient manifesté au parc zoologique et leur excitation enfantine devant les animaux. Ils se mirent à reprendre des airs arrogants vis-à-vis des autres dans le bus et à jouer la provocation belliqueuse. Certains gardaient le silence mais trahissaient une incontestable nervosité : leurs yeux affolés scrutaient les visages de leurs camarades pour voir si le relâchement enfantin de la journée allait revenir les hanter. Les sourires disparurent et des yeux s'humectèrent même. Ce fut un moment de pure tristesse.

Le périple avait créé un souvenir qu'ils conserveraient pour le restant de leurs vies, mais il leur avait aussi rappelé à quel point le monde était différent de celui qu'ils avaient voulu percevoir jusque-là. Il leur avait fait comprendre qu'ils avaient encore beaucoup à découvrir au-delà de leur environnement immédiat. C'est à cet instant que je compris qu'ils avaient vraiment fait l'expérience d'une sorte de choc culturel.

Ils n'étaient pas préparés à une immersion dans le monde étrange des animaux. Certes, ils savaient ce qu'étaient les zoos et avaient vu à la télévision des représentations de parcs animaliers et d'animaux. Mais ce n'était pas la même chose. Leur expérience avait suscité étonnement, émerveillement et même désorientation.

Mais elle avait aussi provoqué une nouvelle lecture de leur réalité présente. Le monde – leur monde – n'était plus le même. Il n'était plus confiné au béton et aux trottoirs de leurs quartiers. Il était beaucoup plus grand et plus complexe que tout ce qu'ils avaient imaginé, ce qui leur faisait peur.

Même s'il s'agit d'une situation quelque peu extrême – bien que pas rare –, elle aura montré que la plupart des personnes ont une perception déformée du monde naturel. Les animaux sont des formes de vie étrangère pour le plus grand nombre. Leurs comportements et activités apparaissent étranges, mystérieuses et totalement déconnectées de la vie humaine. Les postulats erronés concernant les animaux et le monde de la Nature abondent dans la société d'aujourd'hui.

L'aspect du monde naturel le plus mystérieux probablement et, par conséquent, le plus mal compris, est le mystère du prédateur et de la proie. Quand on parle de prédateur et de proie, la plupart des individus pensent que l'on fait référence à celui qui tue et à celui qui est tué. En réalité, dans le monde animal, la plupart des créatures se retrouvent entre ces deux extrêmes. Parfois, le prédateur est aussi la proie. Un serpent engloutira une grenouille, mais alors il sera attrapé et dévoré par une buse.

Quand nous étudions le processus du prédateur/proie et que nous apprenons de ses interprétations naturelles et spirituelles, nos idées fausses commencent à s'effondrer. Nous comprenons qu'il existe un pouvoir et une magie dans le monde animal, particulièrement dans sa relation avec nous. Et nous nous rendons compte que chaque espèce est reliée à toutes les autres – animales comme humaines – dans l'écosystème de manières stupéfiante.

On trouve partout des prédateurs et des proies. Un prédateur peut être défini comme une créature qui a la capacité de s'emparer d'une proie vivante. Les humains se sont souvent extasiés sur la beauté, la puissance et la majesté des animaux prédateurs. Nous admirons leur liberté indomptée. Les oiseaux de proie ont été des symboles impérieux d'autorité et d'impressionnants présages de bataille.

Il y a toujours eu une lutte dans la Nature entre les prédateurs et les proies, et la vie en a toujours été l'enjeu. Les chouettes traquent les souris. Les fauvettes cherchent les insectes et les faucons chassent les fauvettes. Le processus de prédation demande du temps, de la patience et de l'habileté. Il aiguise les sens. Le plus fort, le plus alerte et le plus avisé survivra. Les animaux deviennent de plus en plus forts et plus sages pour éviter d'être attrapés.

Quand vous travaillez avec des esprits totems du monde naturel, le mystère et le pouvoir de la prédation s'éveillent dans votre propre vie. Il est nécessaire de les comprendre dans toute leur amplitude pour mettre en œuvre leur magie face aux circonstances et au contexte de votre existence. La prédation dans la Nature a quatre leçons primordiales à transmettre à l'homme. Et chacune d'elles possède sa propre forme correspondante de magie.

À un niveau mystique, chacune peut aussi être reliée à l'une des quatre directions cardinales et à l'un des quatre éléments. Ces correspondances sont naturellement des généralités. Elles ne sont pas fixées dans la pierre. Elles fournissent simplement un tremplin pour comprendre la prédation et s'en servir à partir d'une perspective pratico-magique. Cela met aussi en lumière les vertus d'universalité et d'équilibre que l'on trouve dans les mystères de la prédation au sein de la Nature, et que l'on peut faire siennes si nous apprenons à bien les pratiquer. Saisir ces leçons, leurs correspondances et leur magie est la clé pour rendre notre vie plus créative, plus curative et plus spirituelle grâce à l'utilisation des esprits totems.

LA LEÇON DE LA VIE, DE LA MORT ET DE LA RENAISSANCE

Magie	:	Création
Élément	:	Feu

Direction : Sud

La vie et la mort sont les deux processus les plus créateurs que nous puissions « vivre ». Et pourtant, ils restent tous deux emplis de mystères et de superstitions. Pour la plupart des hommes, la vie demeure difficile à comprendre et la mort difficile à accepter. Nous avons développé une peur phénoménale autour de cette dernière. Les processus impliqués tant dans la vie que dans la mort sont complexes. La naissance et le décès sont les plus grands changements que nous puissions rencontrer sur notre parcours, mais ils ne sont pas les seuls.

Quand nous examinons la naissance et la mort, nous voulons les voir comme des métamorphoses ou des transitions, pas comme des états ultimes. Le changement intervient à quantité de niveaux et de moments au cours de notre vie. Ils sont des bénédictions, des signaux éclatants d'une nouvelle croissance. Perte et gain sont des termes relatifs, mais c'est toujours notre peur de la mort ou du changement qui nous empêche d'explorer de nouvelles voies. Les changements auxquels nous sommes confrontés au quotidien sont des reflets miniatures du processus complet vie-mort-renaissance.

De nombreuses anciennes traditions intégraient des rites de passage, des rituels symboliques de naissance, de mort et de renaissance. Un individu mourait à un stade de sa vie pour renaître dans une nouvelle. Chaque jour, nous sommes mis au défi de nous débarrasser du vieux pour créer du neuf. Nous sommes tous mis au défi par les circonstances de la vie.

Quand nous travaillons avec nos esprits animaux et totems, ce mystère se précise. Vous commencez à repérer les petites morts et renaissances qui émaillent votre quotidien. Et vous les voyez selon les rythmes et schèmes de votre totem. Vous comprenez comment utiliser le processus de vie et de mort pour achever des aspects de votre vie et en créer de nouveaux.

La prédation dans le monde naturel peut nous apprendre à ne plus craindre la mort tout en conservant une haute estime de la

vie. Les créatures évoluant dans la Nature n'ont pas peur de la mort. Elles se concentrent sur le fait de vivre. Si la mort s'approche, elles luttent farouchement, sans renoncer et en continuant de vivre à 100 %. Chaque jour, chaque instant est pris pour ce qu'il est. Toute activité quotidienne est vécue avec la même ferveur et avec la même intensité que la suivante. C'est comme une impression de vivre dans un présent perpétuel. Il n'y a pas de passé, et le futur s'autogère. Chaque journée est une nouvelle création dans laquelle les énergies naturelles de l'animal sont mises en œuvre avec une vigueur régénérée.

Nombre d'humains ont du mal à concilier la prédation avec quoi que ce soit d'autre que de la cruauté. Pourtant, nous devons nous rappeler que la prédation relie le prédateur à la proie, le tueur à la victime. Dans l'ancienne tradition kabbalistique, il existe un terme qui peut s'appliquer peu ou prou à ce concept. C'est le *tsimtsoum*, le « retrait de Dieu en lui-même », qui fait référence à l'autolimitation de Dieu – afin de permettre à une réalité extérieure à lui d'exister. Le jugement est séparé de la miséricorde et la création requiert le jugement, préservé de toute influence adoucissante.

Le *tsimtsoum* est un « acte libre d'amour, dans lequel Dieu concède son essence dans un but de création [...] préservé de l'influence adoucissante du pouvoir de la miséricorde. Si Dieu avait créé le monde par la combinaison des pouvoirs du jugement et de la miséricorde, il n'aurait pas été le monde tel que nous le connaissons. Le lion ne chasserait pas le cerf par compassion, et, de ce fait, il mourrait de faim et condamnerait à l'extinction tous les prédateurs dépendant de ses talents de chasseur pour survivre. Nous ne mangerions aucune autre forme de vie et nous interdirions probablement même de manger une pomme par compassion envers l'arbre. En l'état, l'interaction des formes de vie sur notre planète crée un équilibre parfait dans la Nature. Le lion ne tue que lorsqu'il a faim. Seul l'homme tue par plaisir. En accord avec les lois cosmiques immuables, le lion manifeste un sens parfait du jugement. Pas l'homme[2] ».

La prédation nous enseigne qu'il n'existe aucune vie sans mort

et qu'il n'y a pas de mort sans renaissance. La mort est toujours associée à un équilibre entre perte et gain. C'est le mécanisme reliant l'ancien au nouveau, le processus qui alterne don et réception ou prise. La prédation nous apprend que toute vie est sacrée et essentielle pour toutes les autres vies.

En travaillant avec nos totems individuels, nous allons découvrir comment le processus de prédation de leur vie dans la nature sauvage se reflète dans nos propres existences au sein de notre environnement. On notera d'évidents parallèles. Il y a de meilleurs moments pour se nourrir et d'autres pour se reposer, de bons pour jouer et d'autres pour chasser. Ces parallèles vont vous aider à tirer avantage des changements et des opportunités qui se présentent. Examiner la proie de votre totem individuel – qu'il s'agisse d'un autre animal ou d'une entité relevant du monde végétal – vous aidera à voir comment engendrer la renaissance dans votre vie.

Les chamanes travaillent souvent avec des médecines en correspondance. Par exemple, celui qui travaille avec la médecine de la chouette fera bien d'étudier aussi celle de la moufette. Cette dernière est la nourriture favorite du grand-duc d'Amérique. Un faucon pèlerin capturera un canard. Un merle attrapera un ver. Une meute de loups terrassera un élan. Encore une fois, la prédation unit le prédateur à sa proie, en les fondant dans une relation complexe.

En examinant les qualités combinées (la médecine) tant du prédateur que de la proie, les pouvoirs de la mort et de la renaissance deviennent plus accessibles. L'équilibre des totems (le prédateur et la proie) vous permet de reconnaître les rythmes naturels du processus mort-renaissance et de l'utiliser plus efficacement. Œuvrer tant avec les énergies du prédateur totem qu'avec celles de sa proie – que vous allez aussi adopter comme totem – permettra aux transitions de votre vie d'être moins chaotiques et perturbatrices. Et par conséquent, votre existence sera plus créative et productive.

La magie de la création implique d'apprendre à utiliser les « morts » dans votre vie comme autant d'opportunités de

renaissance. Cela suppose en somme d'apprendre à tourner à votre avantage les cycles de la vie – les hauts et les bas, les montées et les descentes. Comme vous allez le voir, chaque animal a un cycle naturel. Certains sont plus définissables, mais il y a des moments au cours desquels l'animal est plus ou moins actif. Si l'animal est votre totem, appliquer ses rythmes et ses cycles naturels à votre propre vie vous rendra plus productif.

C'est la raison principale pour laquelle le feu – et sa direction, le sud – est associé à cette leçon. Le feu est autant destructeur que créateur. Il purifie et il consume les scories pour que l'or puisse briller. C'est là le mystère du phénix qui renaît de ses cendres. Le feu est l'élément du cœur, le centre des passions et de l'amour qui peuvent contribuer à recréer nos vies. Il est donc l'élément de la régénération et de la résurrection. Et c'est cette leçon qui nous permet d'utiliser les feux de notre expérience pour créer des changements positifs dans nos existences.

La création est un processus, pas un but. Le changement dans notre vie traduit simplement le fait que le processus créatif est actif. La plupart des gens réclament des changements dans leur existence, mais ne parviennent pas à les reconnaître pour ce qu'ils sont. Ils les trouvent difficiles et souvent chaotiques. Les périodes de transition impliquent du mouvement. Celui-ci – ainsi que les difficultés et chaos qui vont s'ensuivre – nous force à être plus créatifs, tout en nous rappelant que la vie se situe dans un perpétuel processus de création. Nous pouvons choisir soit d'y participer, soit de l'ignorer. Si nous participons – particulièrement en travaillant avec les esprits totems –, nous apprenons les leçons de la mort et de la renaissance, et la magie de la création emplit nos vies.

Exercices magiques

1. Cette simple méditation/visualisation est puissamment efficace. Pour son exécution, vous devez avoir connaissance d'un prédateur et de sa proie la plus commune. Si vous avez déjà un totem qui est un prédateur,

utilisez-le. Sinon, choisissez un prédateur du monde animal qui vous a toujours fasciné.

Visualisez une mauvaise habitude, une situation inconfortable ou quelque chose de négatif dans votre vie sous la forme de l'animal-proie. Puis visualisez-vous dans la peau du prédateur. Alors vous vous voyez avaler la mauvaise habitude ; vous l'éliminez et, par conséquent, vous devenez plus fort.

Pour cette visualisation, respectez le cycle naturel de chasse du prédateur. S'il chasse principalement la nuit, attendez cette dernière pour exécuter l'exercice. Et s'il chasse le jour, c'est ce moment que vous devez choisir.

Ne consacrez que cinq à dix minutes par jour à cet exercice, mais mettez-y un maximum de sensations et de passion. En moins d'une semaine, vous commencerez à noter une différence. Au bout du compte, vous devrez vous voir plus fort, plus en forme et plus motivé, et vous vous assurerez *in fine* que c'est bien le cas.

2. Une variante de cet exercice peut aussi servir à induire des changements dans votre vie. De nouveau, utilisez les images de la proie et du prédateur. Mais dans ce cas, la proie représentera un changement que vous voulez opérer dans votre existence ou les choses que vous souhaitez acquérir, mais qui vous ont échappé jusqu'à ce jour. Le changement doit donc être visualisé sous la forme d'un animal-proie qui est malin et qui vous a échappé jusqu'à présent.

   Visualisez-vous – imaginez-vous – en train de chercher, de traquer, de chasser la proie. Ressentez précisément la poursuite et visualisez la capture de l'animal. Encore une fois, vous devrez vous voir et vous imaginer au final plus fort, plus heureux et plus comblé.

Leçon de vie, de mort et de renaissance

L'urubu à tête rouge (ou vautour aura) illustre parfaitement cette leçon. En faisant le « ménage » après la mort, ce charognard empêche les maladies de contaminer d'autres animaux et l'environnement. Ainsi soutient-il la vie tout en permettant la renaissance.

Parfois, les changements que vous voulez opérer sont complexes et comportent plusieurs échelons. Chaque échelon peut être vu comme un animal-proie, où le suivant représentera toujours un plus gros butin. Par exemple, si votre prédateur est un faucon, vous pouvez visualiser le premier échelon sous la forme d'une souris, le deuxième sous celle d'un serpent et le troisième d'un lièvre.

Décidez d'un laps de temps réaliste dans lequel vous voudriez voir s'accomplir le changement complet, ainsi que du temps que devra durer chaque étape pour y parvenir.

Visualisez cette activité prédateur-proie pendant cinq minutes environ chaque jour jusqu'à ce que chaque étape soit accomplie. Puis passez à la suivante. Vous serez étonné de voir à quelle vitesse et avec quelle facilité vos objectifs se réalisent.

LA LEÇON DE L'ADAPTATION

Magie	:	Métamorphose
Élément	:	Eau
Direction	:	Ouest

L'adaptation est l'aptitude naturelle d'un animal à vivre dans un lieu spécifique d'une manière particulière. Il existe aussi bien des adaptations physiques que comportementales. Un renard va se servir de ses longues oreilles en été pour dissiper la chaleur, et de sa longue queue en hiver pour envelopper sa face et son museau et les protéger du froid. C'est une adaptation physique. Un cerf mulet[3] change sans arrêt son chemin et les sentiers qu'il suit pour rejoindre une source de nourriture, et n'emprunte que rarement deux fois le même parcours. Cela l'aide à se préserver des prédateurs en rendant ses déplacements moins prévisibles. C'est une adaptation comportementale.

Le résultat de ces deux formes d'adaptation, c'est la vie. Si un prédateur devient trop spécialisé, il se met en danger jusqu'à la menace d'extinction. Le milan des marais du sud de la Floride en est un très bon exemple. Il ne se nourrit que de gros escargots amphibies des marais[4]. Mais avec la disparition des grands marais, la réserve de nourriture primordiale de ce rapace a fondu et il est aujourd'hui en voie de disparition en Floride.

À l'autre extrémité, on trouve le coyote qui va manger quasiment n'importe quoi. On le rencontre dans toute l'Amérique

du Nord, aussi bien dans les villes que dans les plaines, les montagnes et les déserts. Il tuera ses propres proies ou se nourrira des charognes tuées par d'autres. Il est aussi connu pour fouiller les poubelles en quête de nourriture. Son aptitude à s'adapter à tous les environnements et à trouver subsistance et refuge partout où il peut lui a permis de survivre et de prospérer.

La majorité des prédateurs se situent quelque part entre ces deux extrêmes. La plupart dépendent pour leur alimentation de quelques espèces et sont capables de s'adapter et de modifier leur régime si les circonstances le requièrent. La manière selon laquelle votre totem s'adapte et survit dans son environnement va fournir des indices quant à la meilleure façon de vous adapter et de survivre dans votre propre environnement.

Les animaux s'adaptent de différentes manières – y compris ceux qui évoluent dans le même environnement. Par exemple, sous des climats plus chauds, les totems peuvent devenir plus nocturnes. Si vous avez ces animaux pour totem, cela pourra vous indiquer que vous travailleriez plus efficacement la nuit.

Mais sous ces mêmes climats chauds, d'autres animaux auront de grandes oreilles pour aider à dissiper la chaleur du corps, comme dans le cas des lièvres ou des fennecs (également appelés renards des sables). Les individus qui ont des renards pour totems et qui supportent mal la chaleur en été feraient bien de coiffer leurs cheveux derrière leurs oreilles. Dès lors que le renard lutte contre la chaleur avec ses oreilles, ceux qui sont connectés à la médecine de cet animal constateront que cela fonctionne aussi pour eux.

D'autres animaux vivant dans des environnements chauds pourront utiliser le halètement pour chasser l'excès de chaleur. Ainsi, ceux qui les ont pour totems seront bien avisés d'apprendre de nouvelles méthodes et rythmes de respiration pour les aider à faire face à leurs propres environnements trop chauds. Ces méthodes et modèles de respiration leur permettront de se débarrasser de toute situation de chaleur : non seulement celles issues du climat, mais aussi toutes les circonstances quelque peu « chaudes » qui peuvent se présenter, en les aidant à rester

calmes, *cool*[5].

Une étude des techniques de survie de vos totems fournira des éléments concernant les activités (comportements) ou les attributs physiques sur lesquels vous pourriez vous concentrer pour survivre plus efficacement dans votre propre vie. Si vous avez une crécerelle pour totem, par exemple, vous pouvez avoir besoin de faire plus attention aux mouvements subtils autour de vous. La plupart des oiseaux de proie sont très attentifs aux mouvements. Une crécerelle peut repérer le déplacement d'un scarabée depuis une hauteur de plus de 30 mètres. Être très attentif aux mouvements subtils vous permettra de repérer les moindres opportunités qui se présentent et de les exploiter.

Dès que vous avez identifié votre totem, il vous faut découvrir comment il s'adapte à son environnement. Puis attachez-vous à appliquer ce même type d'adaptation à votre propre environnement. Ce totem vous fournit des clés quant aux meilleures façons de vous adapter avec succès et d'être productif dans votre vie.

L'eau – avec sa direction, l'Ouest – est l'élément le plus approprié à cette leçon particulière. Elle prend la forme de son récipient et passe là où il y a le moins de résistance. C'est l'élément qui reflète le changement des émotions à l'aide de l'imagination. Il peut absorber et concentrer la vie à divers degrés.

L'adaptation, c'est la capacité à changer ou à se métamorphoser pour se conformer aux mouvements des « eaux » dans votre vie. Nous devons être capables de nous transformer comme les eaux autour de nous. Nous devons nous montrer aptes à surfer dessus, à flotter dans leur courant, sans nous laisser engloutir par elles.

L'eau est souvent associée à l'intuition, aux rêves, à la vision intérieure et aux voyages. C'est une des plus anciennes formes de transport. Quant à l'eau qui ne s'écoule pas, elle stagne. Cela doit nous rappeler de toujours utiliser nos aptitudes naturelles pour rester à flot et changer en nous adaptant à nos besoins. L'eau s'adaptera à son environnement.

L'imitation des dons d'adaptation de votre totem est une étape devant mener à la magie de la métamorphose. Cette dernière est naturelle, innée, chez tous les êtres humains. Dans l'histoire que j'ai rapportée plus haut sur les étudiants se rendant au zoo de Cincinnati, le changement comportemental pendant le voyage de retour était un exemple naturel d'adaptation. Ils se sont mis à glisser du sentiment de plaisir et de sécurité ressenti dans le bus aux postures et attitudes dont ils allaient avoir besoin pour survivre une fois revenus dans leur environnement habituel.

Chaque jour, vous modifiez et adaptez vos énergies pour faire face aux défis, responsabilités et obligations du quotidien. Vous apprenez très tôt dans votre vie quand il faut sourire et comment vous devez le faire. Vous savez quand être sérieux ou studieux. Vous avez appris quelles activités ou postures vous rendent plus ou moins vulnérable. Se métamorphoser, ce n'est pas seulement se transformer en un quelconque animal comme le rapportent souvent d'anciens mythes ou contes. C'est une question de contrôle et d'utilisation optimale de ses énergies pour faire face à tout ce que peuvent réclamer les circonstances de la vie. Apprendre à adopter les postures et attitudes de votre totem vous facilitera la tâche, et c'est aussi ce que ce livre entend vous enseigner.

Un métamorphe, c'est-à-dire un individu capable de se métamorphoser, est aussi un être qui peut adopter et ajuster ses comportements de vie et de travail en fonction des circonstances. Le métamorphe est quelqu'un qui manipule son aura et ses énergies pour se développer. Selon le besoin, il fera preuve de douceur, mais sera aussi capable d'une grande force. Il pourra s'adapter pour changer au regard des circonstances et se montrer agréable s'il le faut, ou adopter une autre attitude. Le métamorphe pourra trouver des possibilités et solutions créatives à l'intérieur de certaines limites, mais grâce à la métamorphose, il pourra aussi surmonter ces limites s'il le faut.

Apprendre à modifier votre conscience, à aligner vos énergies sur celles de votre totem et à les adapter à ces dernières – en somme, imiter ses manières et comportements – va vous aider à

survivre. Rappelez-vous que votre totem ne viendrait pas à vous s'il n'avait rien à vous transmettre. Imiter les comportements adaptatifs de vos animaux totems et les appliquer aux circonstances de votre vie est le premier pas devant vous permettre de métamorphoser votre existence.

Exercices magiques

Pour cet exercice, vous n'aurez pas besoin de connaître votre totem. C'est avant tout un exercice destiné à vous démontrer que vous pouvez ajuster votre champ énergétique – votre aura – à des fins particulières.

Un vieil axiome dispose que toute énergie suit la pensée. Votre énergie va là où vous dirigez vos pensées. Ainsi, nous pouvons changer la forme, les couleurs et l'intensité de notre champ aurique grâce à nos schémas de pensée. Les exercices suivants peuvent nous aider à développer cette aptitude. C'est un travail préliminaire au but que représente la maîtrise de la métamorphose.

— Tenez-vous contre un mur et voyez-vous devenir de la couleur de celui-ci. Imaginez-vous vous fondre dans le mur et faire partie de lui. Refaites cet exercice avec un canapé et contre des fonds de différents motifs et couleurs.

— Visualisez-vous devenant invisible. Une manière de vous aider à réaliser cet exercice est de voir votre aura sous la forme d'une brume ou d'un brouillard vous enveloppant et vous cachant.

— Quand vous vous sentez à l'aise avec les exercices ci-dessus, exécutez-les dans une situation de groupe (réunion, soirée, etc.). Avant d'arriver, rendez-vous invisible ou prenez un siège quelque part et imaginez-vous comme faisant partie des meubles.

Les résultats des exercices ci-dessus sont toujours intéressants. Vous serez surpris par les commentaires auxquels vous serez confronté. Par exemple : « Oh, je ne savais pas que tu

étais là ! » ou : « Tu es arrivé quand ? Je ne t'ai pas vu entrer. » Ce type de remarques est extrêmement fréquent. Vous serez également étonné par le nombre de personnes qui se cogneront contre vous, en s'excusant de ne pas vous avoir vu, alors que vous vous visualisiez comme faisant partie du mobilier ou des murs. Avec de la pratique, vous apprendrez à être remarqué ou non à volonté.

La leçon de l'adaptation

Le renard roux ou renard commun est un merveilleux exemple de cette leçon et de la magie qui lui correspond. L'aptitude de ce renard au camouflage et sa capacité à concentrer son attention lui ont permis de survivre, en dépit d'une chasse intensive et de l'envahissement de ses territoires par les humains tout au long de son histoire.

LA LEÇON DU POTENTIEL OU COMMENT L'UTILISER

Magie	:	Manifestation
Élément	:	Terre

Direction : Nord

Tout animal est unique en soi. Chaque espèce a ses propres caractéristiques, ses propres forces et ses propres faiblesses. Ces aptitudes naturelles reflètent souvent vos propres aptitudes innées. Les totems qui viennent à vous symbolisent fréquemment des potentiels que vous avez et qui peuvent être développés et utilisés à notre avantage. Gardez à l'esprit le principe de correspondance que nous avons évoqué plus haut.

Nos animaux totems sont aussi des miroirs pour nous. Ils reflètent les leçons qu'il nous faut apprendre et les capacités que nous pouvons développer le plus aisément. Nous pouvons les utiliser pour nous comprendre nous-mêmes ainsi que les circonstances de notre vie. L'animal devient alors le symbole d'une force spécifique que nous sommes susceptibles de manifester. Il est à la fois une médecine pour guérir notre être et notre vie, et un pouvoir auquel nous pouvons avoir accès pour nous aider à manifester nos rêves.

Dès que vous avez découvert votre totem – ce que ce livre entend vous permettre de faire –, étudiez-le. Apprenez quels sont ses caractéristiques et ses comportements. Ce ceux que vous allez pouvoir développer pour rendre votre vie plus productive. De cette manière, l'animal devient votre instructeur. Exactement comme le prédateur et la proie croissent en force et en sagesse en développant leurs dons.

À un moment donné, des membres de la communauté des prédateurs et des proies vont intervenir dans la vie de ceux qui apprennent à travailler avec des animaux et les énergies archétypales et spirituelles qu'ils symbolisent, sous la forme de totems individuels. Quand cela arrive, sachez donner à cette circonstance la signification qu'elle mérite vraiment. Une étude du processus de prédation de votre totem va vous fournir des éléments sur votre propre capacité à apprendre, à survivre et à développer tout votre potentiel. Cela vous donnera toutes les clés nécessaires pour emprunter les voies les plus efficaces vous

permettant d'utiliser la magie de la manifestation dans votre vie.

Les prédateurs gâchent peu. Un puma ou un ours mangera tout son soûl, puis il enterrera la carcasse et les autres restes pour plus tard. Un autre animal, comme le loup, se gavera, sachant que la nourriture n'est pas toujours aisément disponible. Chacun de nous a quelque chose à retenir de la propension des prédateurs à ne rien gaspiller ou presque. Cela nous incite à utiliser nos aptitudes au maximum et à ne pas gâcher ce que nous avons.

La plupart des prédateurs chassent seuls. Si votre animal totem est l'un d'eux, cela peut signifier que vous développerez ou utiliserez mieux vos aptitudes en solitaire. D'autres mettront en œuvre des techniques de chasse collaboratives. Les loups chassent en meute, de même que les buses de Harris, qui chassent en groupe.

Un ami du Colorado, Kin Quitugua, anime un programme pédagogique appelé Hawkquest – la quête du faucon. Il utilise sa buse de Harris pour dispenser ses cours sur les prédateurs et les proies, et le Département américain pour la protection de la Nature (US Wildlife Department) le sollicite fréquemment pour réhabiliter d'autres oiseaux de proie.

La première fois que j'ai rencontré Kin, il travaillait avec un aigle royal dont les parents avaient été tués et auquel il avait donc dû apprendre à chasser. Pour ce faire, il se servait de sa buse de Harris. Je fus stupéfait par les techniques de chasse collaboratives employées par les deux rapaces la première fois que j'ai assisté à l'une de ses démonstrations. L'un des deux volait bas, débusquant un lièvre en terrain découvert, et l'autre fondait du ciel pour ajouter sa puissance à l'attaque. C'était une remarquable démonstration de leur capacité à collaborer.

Les individus ayant des totems qui manifestent des comportements collaboratifs devraient apprendre à utiliser les mêmes attitudes dans leur propre vie. Les chiens de prairie américains, ressemblant aux marmottes européennes, vivent en communauté et sont des maîtres architectes ; chacun ajoutant ses propres « pièces » à l'habitat collectif, montant

consciencieusement la garde et donnant l'alerte à la communauté au moindre danger. Assurément, un chien de prairie peut ne pas être perçu comme un totem particulièrement seyant, mais il possède des aptitudes tout à fait uniques.

Ceux qui auront le chien de prairie pour totem pourront développer et manifester ce même type de facultés dans leurs vies. Et cela sera plus aisément mis en œuvre au sein d'une quelconque forme de communauté, plutôt qu'en solitaire. (Reportez-vous au chapitre 11 pour plus d'informations spécifiques sur les qualités et aptitudes du chien de prairie et d'autres animaux.)

Les compétences vitales de votre totem vous aideront à encore mieux gérer votre vie. Dans le processus de prédation, une attaque est réussie grâce à la mise en œuvre de savoir-faire spécifiques tels que la vitesse, l'art de l'embuscade ou le travail d'équipe. Vous pouvez apprendre les techniques dont se sert votre totem pour les utiliser avec efficacité dans votre existence. Mais les animaux qui sont chassés manifestent aussi un certain nombre de défenses. Certains cherchent la sécurité dans le nombre, comme les chiens de prairie que nous venons de voir, ou le bœuf musqué. D'autres se protègent avec une « armure », comme le tatou ou le porc-épic. D'autres encore utilisent le camouflage ou l'invisibilité (caméléon…). Et il en est qui se contentent d'une attaque violente ou d'une grande vigilance. Rappelez-vous qu'il vous faut examiner le prédateur et sa proie la plus commune. Les deux présentent des qualités que vous aurez avantage à développer et peuvent vous enseigner des choses à mettre en œuvre dans votre vie, au gré des circonstances.

Plus vous comprenez les caractéristiques et les comportements de votre totem, plus vous en savez sur vos aptitudes naturelles et souvent cachées. Quand vous commencez à reconnaître ces dernières et à les utiliser dans votre vie quotidienne, c'est vous-même que vous honorez, ainsi que l'esprit de votre animal totem. C'est alors que vous commencez à comprendre que manifester ce dont vous avez besoin n'est pas aussi difficile que vous le pensiez.

Une fois que vous « êtes » ce que vous êtes (ce qui est en partie reflété par votre totem), vous *devez* faire ce qui vous est nécessaire. Tant que vous persévérerez dans ce sens, vous parviendrez à mettre en œuvre ce dont vous avez besoin ou ce que vous désirez. Un faucon est un faucon. Il se comporte comme un faucon et non comme un canard. Du fait de ce qu'il est, il est en mesure d'identifier les opportunités essentielles – et uniques – pour sa vie. S'il rate sa proie, il ne s'inquiète pas de ne pas pouvoir manger. Il persévère. Il ne change pas d'attitude. Il travaille simplement à devenir encore meilleur prédateur, car c'est là que réside son succès.

Ce qui empêche la majorité des gens de donner corps à leurs rêves dans leur vie, c'est la peur d'être ce qu'ils sont. Parfois, c'est la crainte de ne pas être accepté par les autres. Pour d'autres, c'est celle d'échouer. Parfois encore, c'est simplement parce qu'ils ont été conditionnés depuis leur enfance pour vivre d'une manière totalement étrangère à ce qu'ils sont réellement. Quand nous avons peur, nous avons plus de probabilités de rater ou de négliger les opportunités qui se présentent. Quand vous êtes fidèles à vous-même, à vos instincts et à vos potentiels, toute peur disparaît.

Récemment, au Brukner Nature Center de Troy, dans l'Ohio, où je fais du bénévolat, une jeune buse à queue rousse a été amenée pour être rééduquée. Elle avait une aile brisée. Une partie de mon travail au centre consiste à nettoyer les cages et à nourrir les animaux. Le nettoyage des cages requiert le déplacement d'une grande partie de leurs occupants, surtout s'ils sont en phase de rééducation.

Cette jeune buse n'a jamais manifesté la moindre peur. Tandis qu'on l'emmenait vers une cage propre, elle hérissait les plumes pour impressionner et nous fixait intensément comme pour montrer que même en cage et blessée, elle n'en était pas moins magnifique et puissante qu'auparavant. Elle frappe vite et fort avec ses serres quand vous tendez la main vers elle. Et même quand vous portez des gants épais, les serres peuvent occasionnellement percer la matière et s'y cramponner. La buse

est toujours fidèle à elle-même.

En dépit d'une aile brisée, malgré son confinement à l'intérieur dans un environnement étranger, le rapace est fidèle à son comportement et à ses instincts naturels. Il ne se donne pas des airs. Il ne joue pas. Il n'essaye pas de se faire passer pour ce qu'il n'est pas. Ce sont ces qualités qui vont lui permettre de survivre dans la Nature. Et c'est ce qui fait de lui une créature magnifique !

Quand vous commencez à vous comporter de la manière qui vous est la plus naturelle et à utiliser – ne serait-ce que d'une façon très simple – vos capacités innées, tout se met à fonctionner dans votre vie. Les animaux ne s'accrochent jamais à des comportements ou à des schèmes qui sont condamnés à échouer. Ils ne jouent pas la comédie. Quand vous vous conformez à votre soi le plus élevé, votre propre magnificence se manifeste et les tiers se mettent à remarquer qu'il y a quelque chose de « nouveau » chez vous. Peut-être ne seront-ils pas capables de définir ce qu'est cette « nouveauté », mais il s'agit d'une majesté émanant de la véritable essence qui est au fond de vous.

Corrélativement à sa direction, le nord, la terre est l'élément associé à cette leçon. Cet élément symbolise la sagesse, la patience et la prospérité. Le fait que nous puissions recevoir de la terre mère tout ce dont nous avons besoin fait partie de cette leçon. En étant fidèle à soi-même, on obtient tout ce qui nous est nécessaire. Nous sommes venus sur la terre mère pour apprendre et grandir. C'est là que nous apprenons à nous affranchir de nos limites. C'est là aussi que nous entreprenons notre quête du Graal de vie, qui est tout simplement la quête de notre véritable essence et du meilleur moyen de manifester cette dernière dans notre vie.

Les anciennes écoles à mystères enseignaient l'axiome « Connais-toi toi-même et tu connaîtras l'univers ». C'est ce précepte qui est inhérent à la troisième leçon de prédation. Ce que nous savons, nous le partageons. Quand nous nous connaissons nous-mêmes et que nous connaissons les trésors qui sont en nous, nous sommes ouverts aux trésors de la terre.

De même que les aptitudes de chaque animal sont uniques, le potentiel de chaque être humain l'est tout autant. Il existe de nombreux systèmes, philosophies ou enseignements pour nous aider à acquérir une plus grande conscience de nos capacités innées. Nous n'avons pas à nous limiter à une seule. Nous pouvons tirer quelque chose de chacune d'elles.

Ce qu'impliquent cette leçon et sa magie, c'est que nous devons apprendre de toutes les sources qui se présentent. Nous devons extraire la donnée trouvée, la remodeler et la synthétiser pour en faire quelque chose qui fonctionne pour nous en tant qu'individu. Et tout cela veut aussi dire qu'il nous faut utiliser ce que nous apprenons de la manière qui sera la meilleure pour nous. C'est alors et alors seulement que l'aptitude à manifester son potentiel sera vraiment activée.

La plupart des individus échouent lorsqu'ils se risquent à des pratiques magiques, parce qu'ils essayent d'agir sur les personnes ou les situations qui les entourent. La magie fonctionne mieux quand elle est appliquée à soi-même. Au lieu d'agir de manière intraversive, de l'extérieur vers l'intérieur, il faut œuvrer de l'intérieur vers l'extérieur. Soyez et faites ce qui vous est le plus naturel, et le monde n'aura aucun besoin d'être manipulé. Vous trouverez plus de joie, de satisfaction et d'épanouissement en vous et, le monde se renforcera.

Un faucon qui rate un lapin n'essaye pas de devenir une belette ou un raton laveur. Il apprend à utiliser plus efficacement ses dons innés – ses yeux, sa vitesse, ses serres puissantes. Chaque fois qu'il chasse, il devient plus fort et plus malin. Et même quand il échoue, il n'a pas peur. Il chassera juste avec encore plus de ferveur à la prochaine opportunité. Instinctivement, il sait qu'il y aura toujours d'autres occasions. De la même façon, quand nous parvenons à comprendre nos propres talents et à apprendre à les utiliser, nous savons instinctivement qu'il se présentera des opportunités pour les mettre en œuvre – et même pour les adapter. Si le faucon n'attrape pas le lapin, il s'emparera peut-être d'un serpent ou d'une souris. Il tire avantage de toutes les occasions qui se présentent.

Nos totems nous aident à reconnaître les opportunités dans nos vies. Ils nous aident à déterminer qui nous sommes et comment nous pouvons réussir. Leurs aptitudes individuelles reflètent les nôtres. Quand nous apprenons à vivre au maximum de nos capacités innées, nous nous rendons compte que le monde possède tout ce dont nous avons besoin pour nous accomplir. Des opportunités merveilleuses commencent à se manifester si fréquemment que nous ne pouvons décemment les attribuer à de pures coïncidences. Vous allez même découvrir que vous pouvez faire montre de beaucoup plus de talents que ce qui vous est nécessaire pour vivre une existence joyeuse.

La leçon du potentiel, ou comment l'utiliser

Une marmotte commune d'Amérique (*marmota monax*) possède un talent unique : celui de construire des terriers avec de nombreuses entrées et sorties. Elle peut aussi ralentir tout son métabolisme en réaction aux changements saisonniers (hibernation). Cette « mort sans mourir » peut être apprise et utilisée par tous ceux qui l'ont pour totem.

Les mêmes dons qu'utilisent vos totems pour survivre et capturer des proies peuvent vous aider à devenir plus conscients

et plus sensibles dans vos relations à la terre. En laissant vos totems vous instruire et vous aider à éveiller ce qui est en vous, vous allez pouvoir mieux vous harmoniser avec le monde et bénéficier de ce qu'il renferme.

Exercices magiques

1. Ce premier exercice est davantage un exercice de prise de conscience de soi ou d'auto-introspection qu'autre chose. Familiarisez-vous avec les caractéristiques uniques de votre totem. Les dictionnaires présents dans cet ouvrage et vos propres recherches devraient vous aider à repérer deux ou trois qualités spécifiques.
   Prenez quelques instants pour vous détendre et repenser à votre vie, en commençant aujourd'hui et en remontant les années de cinq en cinq. Essayez de déterminer les moments de votre existence où vous avez manifesté ces qualités avec succès. Plus difficile, essayez aussi d'imaginer à quels moments de votre vie vous auriez pu – ou dû – faire montre de ces mêmes caractéristiques à votre avantage. Cela vous aidera à établir une relation avec votre totem et à être plus attentif la prochaine fois qu'une telle occurrence se présentera.
2. L'apprentissage de cette leçon, de sa mise en œuvre et de sa magie de la manifestation requiert notamment d'apprendre à recevoir de la terre. Tout ce que nous avons est à notre disposition et nous est souvent offert. Tous les jours, la vie nous offre des présents et des opportunités, mais soit nous les refusons, soit nous ne les reconnaissons pas comme tels. Nous avons oublié de recevoir de la terre et c'est précisément ce que peut nous enseigner la prédation.

   Malheureusement, dans notre société actuelle, nous nous accrochons à une approche inappropriée du martyre. On nous enseigne que si nous ne souffrons, nous ne pouvons pas grandir. Nous sommes programmés à ne pas être

égoïstes. Nos religions et la société en général nous inculquent de donner, donner et donner encore. Il ne nous est jamais dit qu'il y a des temps pour recevoir autant que de temps pour donner.

À cause de cela, la plupart des individus ont oublié de recevoir. Nous refusons de recevoir quelle que soit la taille du présent, gros ou petit. Nous ne comprenons pas que, pour que les manifestations de nos rêves se réalisent, nous devons être capables de recevoir. Lorsque quelqu'un reçoit un compliment, on va fréquemment l'entendre répondre des choses comme : « Quoi, moi ? Ce vieux machin ? » ou : « Oh non, je n'ai vraiment l'air de rien aujourd'hui. » Et quand on vous offre de l'aide, on rétorquera souvent : « Non merci, je peux me débrouiller tout seul. »

Si nous n'acceptons pas de recevoir les petites choses – les compliments, les aides, etc. –, l'univers ne nous enverra pas les grandes. C'est la réception de petites choses qui amorce l'attraction magnétique qui en apportera de plus grandes dans votre vie. Au cours des prochaines semaines, prenez le temps de recevoir ce qui vous est offert. Observez la récurrence du phénomène : est-ce que cela se produit souvent ? Et combien de fois auriez-vous refusé l'offre en temps normal ? Essayez de ne pas vous sentir coupable et, en revanche, n'essayez pas d'imaginer comment vous pourriez rendre la pareille ou rembourser la valeur de la chose reçue. Contentez-vous de recevoir les « présents » joyeusement et librement. Vous disposerez de plus de temps qu'il n'en faut pour restituer plus tard de manière appropriée et opportune.

Un prédateur sait comment recevoir. Quand la terre lui présente une opportunité de proie, il se jette dessus. Et s'il ne le fait pas, il ne mangera pas. À mesure que vous allez apprendre à reconnaître et à admettre votre potentiel, des occasions toujours plus grandes de le manifester se présenteront à vous.

LA LEÇON DES RELATIONS RESPONSABLES

Magie	:	Haute vision et prophétie
Élément	:	Air
Direction	:	Est

Le réseau complexe de connexion entre toute vie – qu'il s'agisse de proies ou de prédateurs – se reflète particulièrement dans le processus de trophisme ou d'alimentation. L'énergie solaire est transformée par les plantes en nourriture qui s'inscrit dans la chaîne alimentaire. Les plantes cette dernière à partir du sol et du soleil. Les sauterelles mangent les plantes. Les grenouilles mangent les sauterelles. Et ainsi de suite…

On peut parler de « transaction prédatrice », l'énergie étant transmise du mangé au mangeur. C'est pourquoi de nombreuses sociétés croyaient que lorsque vous mangiez ce que vous aviez tué, vous intégriez son énergie et son essence. Tout se nourrit de quelque chose et nourrit d'autres formes de vie. Les connexions sont réelles et significatives.

« À chaque pas, de l'énergie se perd, par la respiration, la chaleur corporelle et d'autres fonctions naturelles des créatures vivantes. Ainsi, à mesure que la chaîne alimentaire progresse d'un niveau trophique à l'autre, le nombre d'individus trouvé à chacun de ces niveaux diminue, à l'image d'une pyramide qui décroît jusqu'à sa pointe. Ainsi, il ne pourra jamais y avoir autant de loups que de caribous ou autant d'hirondelles que d'insectes. Les prédateurs seront éternellement inférieurs en nombre[6]. »

Les humains se trouvent au sommet de la chaîne alimentaire et cela devrait nous inciter à faire une pause pour réfléchir. Avec la destruction des terres et de nombreuses espèces animales, du fait de la pollution des territoires et de l'air, quand l'énergie contenue dans la nourriture nous atteint, dans quel état se trouve-

t-elle ? La surchasse, la destruction des habitats, la pollution, les pesticides, etc. interfèrent tous avec l'équilibre prédatoire naturel. L'interférence avec l'équilibre naturel des prédations tend à affaiblir les espèces par la surpopulation et la suralimentation.

Cela se traduit dans le monde humain comme c'est le cas dans le monde de la Nature. Et comme avec les prédateurs et les proies dans la Nature, toute action humaine est suivie par une réaction – positive ou négative – de tous les autres mondes. Le processus prédateur-proie devrait enseigner aux humains que toute action implique une responsabilité. Les interrelations existent bien au-delà de ce que nous croyons initialement percevoir.

La plupart des anciennes sociétés reconnaissaient cette interaction. Toute vie était honorée et la vie humaine n'était pas plus sacrée qu'une autre existence. Des rituels et des cérémonies étaient exécutés avant, pendant et après la chasse, qui se développèrent à partir d'une prise de conscience de la relation intime existant entre un individu et l'esprit de l'animal.

Dans certains rituels, les participants devaient demander la permission de chasser. D'autres étaient conçus dans un esprit de révérence et manifestaient du respect pour les vies des animaux, ou exprimaient de la reconnaissance pour la nourriture reçue. Des os étaient souvent placés dans des arbres ou sur la terre, près de l'endroit où l'animal avait été tué, pour rendre grâce à l'animal ou lui demander pardon de lui avoir ôté la vie. Si un esprit animal les assistait au cours de leurs opérations de chasse, celui-ci était honoré lui aussi au cours du rituel.

« Petite sœur, s'écria-t-il. Merci pour nous avoir guidé jusqu'ici. Merci pour avoir pris soin de nous tout le long du chemin. Où que nous allions, nous nous souviendrons de ta bonté. Nous porterons les plumes que tu nous donneras. Nous tiendrons ton peuple en haute estime et nous dirons aux nôtres de toujours bien vous traiter. J'espère que tu auras beaucoup d'enfants. Wah-Hé !

Le pic flamboyant[7] ondule dans les airs, exhibant une dernière fois l'or de sous ses ailes, avant de replonger vers la forêt[8]. »

Les individus commencent à reconnaître l'interconnectivité de toute vie. Toute autre forme de vie – animale, végétale, minérale – peut enrichir la nôtre de bien des manières. Ce sont ces interrelations qui reflètent la bonne santé environnementale de la planète. Il y a bien évidemment la dimension utilitaire – nourriture, vêture, etc. Mais ces connexions ont aussi des valeurs éducatives ou spirituelles. Le contact avec la diversité de la vie élargit notre propre vision de cette dernière.

À mesure que nous percevons l'immensité de la vie, une vision plus grande encore et plus spirituelle s'ouvre à nous. Cette vision peut même devenir prophétique. À un certain stade de notre croissance, nous devons nous montrer capables de regarder au-delà des circonstances immédiates de notre existence. Nous devons voir les répercussions globales de notre vie sur toutes les autres. Nous ne sommes pas séparés, mais reliés à toute chose.

Cette vision supérieure est la magie de cette leçon de prédation. Et c'est aussi pour cette raison que l'élément air et sa direction, l'est, lui sont associés. L'air et l'est sont reliés à la créativité, à l'inspiration et à la conscience la plus élevée. L'élément air représente fréquemment les pouvoirs de l'esprit, d'une nouvelle sagesse et d'une haute intuition. C'est très précisément le pouvoir de la maîtrise de soi par un usage approprié de la puissance de la volonté.

L'air relie la terre aux cieux. Il est un symbole de l'unité de toute chose. C'est ce qui interconnecte toutes les vies sur cette planète. Rien ne peut vivre sans air. Cet élément représente donc l'influence subtile des relations. Les liens ne sont pas toujours visibles, mais ils sont toujours présents.

L'élément air est celui de l'expansion de la conscience. C'est grâce à lui que l'on apprend à contrôler les actions de cette dernière et à voir les liens entre la terre et les cieux, les animaux et les humains, et en somme toute vie. Comme nous allons le voir dans la partie 2 de cet ouvrage, tous les oiseaux, naturellement, sont associés à cet élément à un degré ou un autre. Les oiseaux de proie, en particulier, enseignent la leçon du relationnel, de l'interrelation entre les choses. Ils nous aident à comprendre qu'il

y a plus qu'un simple aspect utilitaire pragmatique dans la prédation. Ils enseignent donc les imbrications de toutes les vies et montrent comment voler vers ces hauteurs qui offrent de nouvelles perspectives à nos existences et à nos relations.

Dans de nombreuses sociétés d'Américains natifs, avant de prendre une grande décision, la longue série de relations et d'effets potentiels devait être considérée. Et on prenait souvent en compte les répercussions sur les existences jusqu'à sept générations de distance. Ce genre de vision va bien au-delà d'une pure voyance. À mesure que vous apprenez à reconnaître les connexions et les répercussions de vos actes dans votre propre vie, vous pouvez apprendre à suivre, comme à la surface d'un lac, les « ondulations » des actions, que ce soit en vous tournant vers le passé ou en regardant vers le futur.

La leçon des relations responsables

L'aigle est un puissant exemple de cette leçon. Symbole de longue date de la vision spirituelle la plus élevée, il est aussi au sommet de la chaîne alimentaire. Il est dépendant de l'équilibre des proies qui se trouvent au-dessous de lui. Celles qu'il consomme sont souvent empoisonnées par les pesticides qui ne tuent pas toujours les aigles, mais qui leur font pondre des œufs trop fragiles pour survivre. Les humains aussi sont au sommet de la chaîne alimentaire et il nous faut examiner avec soin cette interdépendance.

La plupart des activités psychiques peuvent être reliées à cette leçon de prédation. La divination est la capacité d'acquérir la connaissance de l'avenir ou, plus généralement, d'événements inconnus. Les médiums qui font des prédictions précises y parviennent en raison de leur aptitude à voir les interrelations entre les êtres, les choses et les événements. Ils sont en mesure – quel que soit le moyen utilisé – de voir les schèmes qui ont amené l'individu là où il se trouve actuellement. Si la personne continue à avancer selon ces mêmes modèles d'action, elle sera très probablement confrontée à des répercussions spécifiques discernables. Dès lors que très peu de personnes changent de schèmes ou de paradigmes comportementaux, le pourcentage de prévisions correctes peut être très élevé pour quelqu'un qui est capable de deviner les modèles de vie suivis. Déterminer cette ligne d'interrelations fait partie de la haute divination.

Chez les Sioux lakotas des grandes plaines, on vénère particulièrement une figure sacrée désignée sous le nom de femme bison blanc (*white buffalo calf woman*[9]). Cette très vieille légende narre comment celle-ci se manifesta à un moment où les Indiens ne savaient plus comment parvenir à survivre. Quand elle apparut, elle demanda à s'adresser au peuple dans une loge médecine spéciale, autrement dit un grand tipi que l'on allait spécifiquement dresser pour elle.

Elle présenta au peuple la pipe sacrée et lui enseigna comment celle-ci le guiderait toujours dans la bonne direction. Le fourneau (ou bol) représentait le bison et tous les humains, et le tuyau symbolisait toutes les choses qui croissent sur la terre. Elle leur expliqua comment utiliser la pipe et leur transmit les mystères sacrés des interrelations qu'elle représentait. Elle leur apprit aussi comment la pipe allait les aider à marcher sur la terre, comme si chaque pas était une prière vivante, et qu'avec elle, avec cette pipe, tout allait pouvoir ne faire plus qu'un : la terre, le ciel, les créatures bipèdes et les quadrupèdes, les ailées, les arbres, les herbes et toutes les choses vivantes en général.

Cette leçon de prédation – comme la femme bison blanc – nous enseigne que toutes les choses, tous les êtres, tous les

événements et tous les moments sont interconnectés. Quand nous pouvons voir ces relations et que nous pouvons les suivre dans le passé et l'avenir, nous manifestons la magie de la plus haute vision et de la prophétie.

Exercices magiques

1. Pour que n'importe quelle relation fonctionne, il faut trois éléments : le silence, le respect et le partage. Les interrelations nous apprennent le silence. Celui-ci nous permet d'écouter et de faire l'expérience de la relation telle qu'elle est véritablement. Il nous permet aussi de savoir quand parler et agir pour notre plus grand bénéfice. Et pour en revenir aux interrelations, elles nous enseignent également le respect de toute vie et le fait de ne prendre que ce qui nous est vraiment nécessaire. Corrélativement, les interrelations nous apprennent le partage. Elles nous expliquent comment mieux vivre dans le monde les uns avec les autres.

   Le présent exercice va vous donner l'opportunité d'examiner votre rôle prédateur dans vos relations. Laissez votre totem vous guider sur un chemin vous ramenant vers votre passé. Vous vous arrêterez à chacune de vos interrelations les plus importantes (pas seulement avec vos semblables humains, mais aussi avec différentes créatures présentes sur terre et avec la terre elle-même). Observez-vous objectivement dans ces relations et laissez votre totem vous montrer si vous étiez dans le rôle du prédateur ou de la proie, ou s'il y avait un partage des rôles.

   Après avoir examiné plusieurs de ces relations, vous allez commencer à discerner un schème type dans lequel vous vous inscrivez généralement. Dès que vous parvenez à repérer ce schème, vous pouvez laisser le totem vous ramener dans le présent. Puis permettez-lui de vous montrer la qualité que, par-dessus toutes les autres, il peut vous enseigner afin d'équilibrer vos relations. Laissez votre totem

se fondre en vous, pour vous guérir et vous équilibrer, et ouvrez vos yeux à une nouvelle conscience.

2. Choisissez un épisode de votre présent, positif ou négatif. Ce peut être un événement précis, une explosion de colère, n'importe quoi qui semble se distinguer pour vous au cours des trois derniers mois. En vous concentrant dessus, fermez les yeux et visualisez votre totem s'approchant de vous.

   Laissez le totem vous ramener au jour de cet événement. Observez ce dernier, rejouez-le dans votre esprit. Puis laissez encore votre totem vous entraîner plus loin dans le passé, pour vous montrer quelque chose qui a amené cette circonstance. Faites cela au moins quatre fois.

   En pratiquant cet exercice, certains pourront se retrouver confrontés à de grands sauts temporels. Ils remonteront de cinq, voire de dix années, en arrière, et revivront des situations du passé qui ne sembleront pas du tout liées à l'épisode récent concerné. Mais il y aura pourtant toujours une connexion. L'émotion ou le comportement se manifestant au cours de l'événement passé peut s'intégrer dans un schème qui a conduit directement à ce dont vous avez récemment fait l'expérience.

   Contentez-vous d'observer. Quand vous allez revenir dans le présent, vous aurez tout le temps de réfléchir et d'établir des liens. Donc, de nouveau, laissez votre totem vous guider pour vous ramener dans le présent après vous être confronté à ces événements. Vous allez peut-être avoir envie qu'il vous parle tout de suite, mais il va en réalité se fondre en vous pour vous guérir et vous renforcer, puis pour amener des clarifications, au cours des jours suivants, sur les relations entre les événements.

   C'est une bonne idée de mettre sur le papier tout ce que vous pouvez sur les circonstances et épisodes rencontrés au cours de cette visualisation. Écrire vous aidera à extraire de ce monde mental éthérique l'essence de ces événements et à les clarifier dans votre esprit.

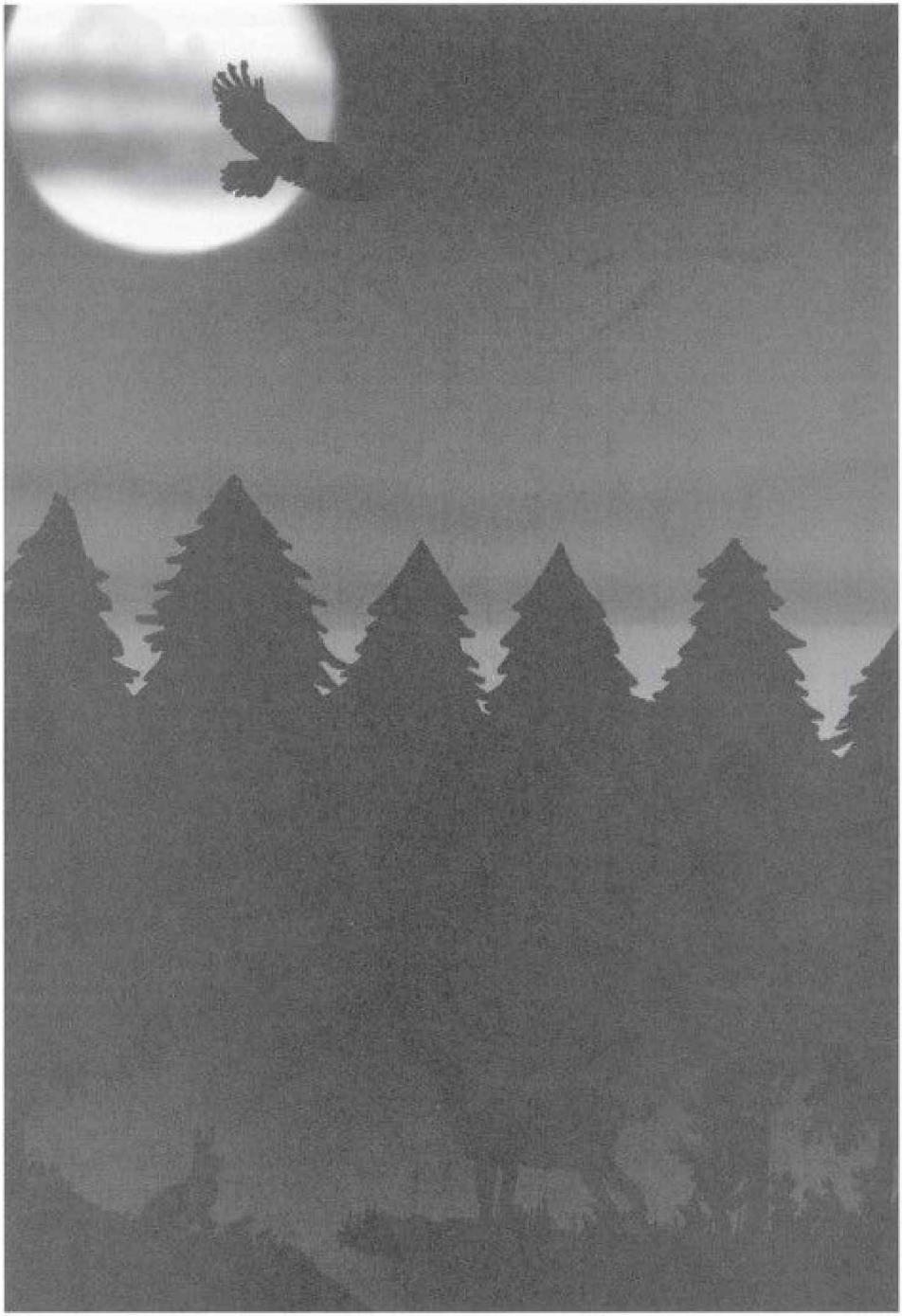
   Surtout, ne vous découragez pas si vous n'obtenez pas de

résultats au départ. Persistez. Plus vous allez développer votre propre relation avec votre totem dans le cadre de tels exercices, plus vous allez accroître votre aptitude à l'utiliser, tant pour l'exploration du passé que pour celle du futur.

Et de fait, vous allez finalement pouvoir employer le même processus pour explorer l'impact des événements présents sur l'avenir. Certes, cela pourra se révéler un peu plus difficile, car il est parfois ardu d'être objectif. On peut avoir tendance à projeter dans son esprit ce que l'on aimerait voir arriver, plutôt que de voir les effets réels produits.

Ainsi, travaillez d'abord avec le passé. Quand vous commencerez à bien vous débrouiller avec celui-ci, vous pourrez envisager d'utiliser ce processus pour suivre ses répercussions du côté du futur. Vous apprendrez alors à faire cela aussi bien pour vous que pour des tiers. On peut se servir de cet exercice pour identifier les connexions entre la vie passée et le présent, mais aussi entre ce que l'on vit aujourd'hui et ce que l'on vivra dans nos existences futures.

Persistez et pratiquez. Rappelez-vous que les interrelations réclament de la patience et du temps pour se développer. Plus vous pratiquerez, plus ce sera facile. Plus vous honorerez votre totem et travaillerez avec lui, plus vous le verrez s'ouvrir à vous.



CHAPITRE 4

LIRE LES SIGNES ET LES PRÉSAGES DE LA NATURE

L'écologie est l'étude de l'interaction entre les choses vivantes et leur environnement. Nous ne pouvons jamais vraiment nous séparer de l'environnement, mais nous pouvons apprendre à le déchiffrer de manière à utiliser la connaissance que nous avons de lui à notre profit. La capacité à lire la Nature est ce qui va nous permettre de reconnaître les véritables présages ou signes dans notre vie.

Un présage ou un augure est un événement qui peut indiquer une destinée particulière. À un moment ou à un autre, les peuples du monde entier ont cru aux présages. Ils se sont fortement accrochés à l'idée selon laquelle les aspects changeants de la Nature reflétaient des changements susceptibles d'intervenir dans leur propre vie. Ce concept est lié à cette ancienne loi hermétique des correspondances dont nous avons parlé plus tôt. Ce qui nous

affecte à un certain niveau nous affecte aussi à un autre. Les forces divines parlent à l'humanité par l'intermédiaire de la Nature et de ses diverses expressions.

Les présages sont comparables à une perception instinctive, à une résonance innée avec des éléments naturels que nous ne reconnaissons ou n'identifions plus consciemment. Mais à mesure que vous allez développer le langage animal, vous vous mettrez à voir des relations et des correspondances entre la Nature et/ou les comportements animaux et votre vie. Vous saurez automatiquement que vous verrez probablement chaque jour certains animaux ou oiseaux. Vous en arriverez à attendre certains comportements de ces derniers à l'aune de ce que vous aurez appris sur eux – ce qui inclut leurs comportements naturels, leurs cris, leurs rythmes et leurs activités.

Néanmoins, la difficulté réside dans la capacité à définir, expliquer et appliquer les présages de la Nature dans votre vie particulière. Pour que cela se réalise efficacement, vous allez devoir connaître réellement votre environnement et les animaux qui évoluent au sein de celui-ci. Il va vous falloir voir les interrelations réelles, sans forcer ni exagérer les correspondances. Vous devez reconnaître que rien n'arrive par accident, hasard ou coïncidence – que chaque chose, personne ou animal a une signification pour vous. Et vous devez pouvoir admettre que le monde surnaturel se reflète souvent dans le monde naturel.

Il est aisé de devenir superstitieux en lisant les signes de la Nature dans notre vie. La plupart des individus voient les présages et les superstitions comme une seule et même chose. La lecture des présages est fondée sur une connaissance basique de l'environnement et des animaux et autres éléments naturels qui s'y trouvent. Les aspects changeants des éléments naturels ordinaires de notre environnement peuvent dès lors refléter des modifications dans d'autres domaines de notre existence. De ce fait, les changements sont interprétés raisonnablement à l'aune d'une solide connaissance. Rappelez-vous que vous n'avez nul besoin de forcer les correspondances en matière de déchiffrement

des signes de la Nature, dès lors que vous vous appuierez sur une solide base de connaissances. Ils se révèlent « naturellement ».

SUPERSTITION DE LA SAINT-VALENTIN

On croyait souvent qu'une femme pouvait déterminer le type d'homme qu'elle allait épouser en fonction du premier oiseau qu'elle allait voir le jour de la Saint-Valentin.

Merle commun = prêtre, pasteur ou personnage religieux

Colombe = un homme au bon cœur

Chardonneret = un homme riche (particulièrement s'il s'agit d'un chardonneret jaune)

Moineau = un homme joyeux

Faucon/buse = un soldat, un guerrier ou un homme courageux

Bec-croisé = un homme ergoteur ou ayant mauvais caractère

Rouge-gorge/merle d'Amérique = un marin

Merlebleu = un homme joyeux

Chouette = un homme qui ne vivra pas longtemps

Pic = la femme ne se mariera jamais

Ce sont des superstitions et non de vrais présages. Une connaissance complète des oiseaux évoluant dans l'environnement d'un individu peut susciter une plus grande probabilité de rencontrer quotidiennement certains volatiles, tout en révélant que l'on ne voit jamais certains autres. Le comportement inhabituel ou inapproprié d'un oiseau peut fournir des indications sur quelque chose d'inaccoutumé qui se prépare, sans pour autant désigner le futur partenaire de quelqu'un. Néanmoins, de telles croyances peuvent être des distractions amusantes et fournir des moments réjouissants en des occasions telles que la Saint-Valentin.

Par ailleurs, les superstitions sont des croyances ou des idées quant à la signification d'un événement ou d'une chose, qui ne sont pas fondées sur la connaissance ou la raison. Elles impliquent souvent des peurs et/ou des comportements irrationnels. Les superstitions sont fréquemment associées à des actions qui visent à conjurer la malchance. Les interrelations et les correspondances entre les éléments naturels et la vie d'un individu ne se forment pas à partir d'une base de connaissances.

Quel plus bel exemple trouver pour définir la différence entre les présages et les superstitions que celui du comportement du hibou des marais ? Les communautés et sociétés voient périodiquement croître les populations de rongeurs ou autres petites bestioles. Dans certaines localités, les campagnols (sortes de souris des champs) surgissent subitement et paraissent envahir les lieux. De telles occurrences ont souvent été décrites comme des fléaux malheureux, des invasions de nuisibles, voire carrément des pestes effroyables. Cette perception du mal se manifestant sous la forme d'une surpopulation de rongeurs était encore accrue dans certains endroits par l'irruption nocturne de hordes de hiboux des marais semblant eux aussi surgir de nulle part.

Pour la personne superstitieuse, celle qui n'a aucune connaissance, un tel phénomène peut apparaître comme une extraordinaire manifestation du mal dans la Nature ; *a fortiori* dans la mesure où tant les rongeurs que les hiboux ont été perçus de longue date négativement. Mais l'interprétation de ceux qui ont un minimum de connaissance de ces animaux sera totalement différente.

De nombreuses espèces de prédateurs ou de proies connaissent des années au cours desquelles leurs populations chutent, et d'autres qui les voient exploser. Beaucoup de rongeurs sont soumis à des cycles d'expansion-récession. On constate fréquemment de semblables cycles chez leurs prédateurs naturels. Ainsi, les hiboux des marais ont le don d'apparaître la nuit en horde et de fondre sur des sources abondantes de nourriture. De telles apparitions ne sont en rien des manifestations d'un mal quelconque. Au contraire, elles sont plutôt des

bénédictions contribuant à restaurer l'équilibre de la Nature en jugulant le développement excessif d'une espèce.

« Cette aptitude est partagée par d'autres oiseaux. C'est notamment le cas du goéland de Californie (l'espèce que les Mormons de Salt Lake City ont immortalisée dans le marbre pour avoir, en 1848, sauvé leurs cultures d'une invasion de grillons)… Il y a quelques années, des nuées de campagnols ont déferlé sur Amherst Island, une île du lac Ontario. Des hiboux des marais par douzaines ont surgi de nulle part. Plus étonnant encore, ils ont amené dans leur sillage tout un cortège d'autres rapaces : des chouettes cendrées, des chouettes harfangs, des chouettes épervières, des chouettes boréales et des petites nyctales en nombre sans précédent[1]… »

Les correspondances vont naturellement se multiplier à mesure que votre connaissance va croître. Les relations entre ce dont vous faites l'expérience dans la Nature et ce que vous vivez dans votre vie n'ont pas besoin d'être surinterprétées. Vous avez juste besoin de veiller à ne pas laisser votre désir de deviner l'avenir l'emporter sur le bon sens. S'il est généralement juste de penser que les événements de la Nature reflètent – au moins potentiellement – ceux de votre vie, seule une véritable connaissance permettra de clarifier ces jeux de miroirs.

L'erreur d'interprétation la plus commune survient du fait de nos propres peurs. Dans le cas de l'explosion du nombre de campagnols et de l'apparition subite de hiboux des marais, certains pourraient être enclins à croire que leur vie est sur le point d'être envahie par des nuisibles. Dès lors qu'aujourd'hui encore, beaucoup entretiennent la vieille superstition faisant de la chouette une maudite créature du diable, ils auront tôt fait de croire que leur existence va être empoisonnée par un fléau.

En réalité, l'interprétation la plus correcte serait plutôt l'exact opposé. L'abondance simultanée de campagnols et de hiboux reflète le début d'un cycle d'expansion, un boom qui recèle en lui-même son propre potentiel d'équilibre. Mais ce type d'aptitude interprétative ne vient qu'avec une vraie connaissance. Pour celui qui en possède déjà une solide ou qui prend le temps d'en

apprendre davantage sur ce qu'il observe, le monde naturel peut éclairer la plupart des circonstances de l'existence.

Il est aussi aisé de lire dans la Nature ce que l'on a envie de lire et non ce qui s'y trouve réellement. Beaucoup veulent voir la moindre expression de la Nature comme un signe surnaturel. Les événements et les observations qui sortent de l'ordinaire, du cadre des schèmes normaux, ou qui ne font pas partie de votre quotidien, sont ceux qui auront souvent le plus de signification pour vous. Ces types de circonstances sont ceux qui vous parleront le plus fortement.

Dès que vous vous mettez à étudier et à observer la Nature dans votre vie, vous devez apprendre tout ce que vous pouvez sur ses manifestations et ses schèmes courants. Notez les sortes d'animaux que vous rencontrez et leurs comportements habituels. Plus vous en apprendrez sur l'habituel, plus il vous sera aisé de repérer l'inhabituel, aussi subtil qu'il puisse être. Quand quelque chose diffère, la Nature se manifeste à vous pour que vous y prêtiez attention.

Pour comprendre le langage animal, il vous faut réaliser que la Nature vous parle le plus souvent d'une manière… naturelle. Une personne qui désire transmettre un message utilise différentes techniques : le langage, les expressions orales et faciales, la tonalité, le volume, etc. Si le message est important, la voix adoptera un ton différent exprimant l'urgence ou la tension. Vous savez que le message est important parce que le ton de la voix n'est pas habituel. La Nature et les animaux nous parlent de la même manière. Si le message est important, l'expression de la Nature adoptera des formes repérables, bien que souvent subtiles.

LIRE LES SIGNES DES ANIMAUX

La Nature nous parle constamment. À travers ses formes, ses couleurs, ses textures, ses odeurs et les expressions diverses de la vie animale, elle s'adresse à nous pour nous communiquer des informations sur le monde et sur notre vie. Le symbolisme de la

Nature variera selon son contexte, donc vous devez précisément apprendre quel est son cadre naturel.

Tout animal possède des traits, des formes, des couleurs et des mouvements distinctifs. Chacun a sa propre relation singulière avec les humains. Un bon nombre d'entre elles sont relevées dans les dictionnaires présents dans cet ouvrage, mais ce ne sont que des lignes directrices. Vous devez constituer votre propre dictionnaire. Des groupes de personnes parlant la même langue peuvent avoir des dialectes et des accents différents ; il en va de même avec le langage animal. Il vous faudra donc apprendre le dialecte qui sera le meilleur pour vous.

Dans la Rome antique, certains officiels étaient chargés d'observer et d'interpréter les présages de la Nature pour guider et orienter les affaires publiques. On désignait ces personnages sous le nom d'augures. « Jules César était un augure respecté. » Si, originellement, les augures étaient des spécialistes du langage des oiseaux qui écoutaient ce que ceux-ci avaient à dire, le terme a fini par désigner quiconque se servait des animaux et de leurs langages à des fins divinatoires. Une branche particulière de cette pratique a pris le nom d'auspice dans l'ancienne Rome. L'auspice, appelé aujourd'hui ornithomancie (c'est-à-dire la divination par l'observation des oiseaux), était une méthode de lecture de l'avenir basée sur l'observation des activités des oiseaux et des autres animaux.

Les anciens augures étudiaient la Nature. Ils apprenaient à lire ses signes et à comprendre son langage. Chaque augure possédait sa propre spécialité ; certains travaillant exclusivement avec les oiseaux et d'autres avec différentes espèces d'animaux, d'autres encore avec diverses expressions de la Nature. Mais quel que soit son domaine d'expertise, tout augure devait s'approprier et développer une nouvelle compréhension de la Nature.

Si vous-même devez apprendre le langage animal et développer une aptitude à l'augure, vous devez poser les fondations d'une nouvelle relation à la Nature. Celle-ci s'exprime quotidiennement, en permanence même, mais très peu l'écoutent

vraiment. Si vous parliez à quelqu'un, mais que celui-ci n'y prêtait jamais attention, vous cesseriez bientôt totalement de lui parler. Si vous voulez vraiment apprendre le langage des animaux, vous devez rétablir les lignes de communication avec la Nature. Vous devez surtout lui faire savoir que vous êtes prêt à l'écouter de nouveau.

Ainsi peut-on considérer dix étapes corrélatives pour faciliter votre capacité à rouvrir la communication et à développer votre aptitude à l'augure. Elles sont simples et peuvent s'appliquer à n'importe quel cadre de vie – marais, ville, forêt, montagne, rivière, champs, prairie, etc. En les mettant consciencieusement en œuvre, vous allez adresser un message à l'univers – et en particulier à tout ce qui existe dans la Nature – pour dire que vous êtes prêt à recevoir toute communication de sa part. Et tout ce qu'il faut pour entendre ce que la Nature a à nous dire, c'est être prêt à écouter.

1. Vivez la Nature par vous-même, sans intermédiaire. Promenez-vous dans les bois et les parcs. Emportez des jumelles à la plage. Cherchez les zones de marais. Ne pensez pas que les entités de la Nature sont absentes de votre environnement. Efforcez-vous d'identifier les oiseaux à leurs chants et les différentes essences d'arbres à leurs feuilles.

2. Commencez par un examen de la faune et de la flore endémiques dans votre environnement. Les plantes, les arbres et les animaux présents dans votre cadre ordinaire de vie ont beaucoup à vous apprendre en matière de survie. Bien que certains puissent penser que les expressions de la Nature en ville n'ont rien d'enthousiasmant, un petit écureuil peut être aussi remarquable qu'un grizzly. Les arbres et les fleurs sont depuis longtemps des symboles de mysticisme et de magie, chacun ayant ses propres qualités et caractéristiques. Dans les deux pages suivantes, vous allez trouver des listes d'arbres et de fleurs avec les caractéristiques de base qui leur sont associées[2].

3. Tournez-vous vers le panorama. Comme vous allez le voir dans le chapitre 5, le paysage peut vous révéler beaucoup de choses. Il peut être aussi symbolique que la vie animale que l'on y trouve. Observez le symbolisme spatial de votre maison ou de votre jardin. Qu'est-ce que sa forme vous dit sur vous ? Quelle est la configuration du terrain ? Est-elle agréable à l'œil ? Parait-elle rude ? Accidentée ? En pente ? Demandez-vous quels genres de qualités sont nécessaires pour vivre sur un tel terrain.
4. Soyez très attentif aux signes physiques de la Nature. Ils étaient souvent considérés comme les éléments les plus importants de l'augure et ils peuvent être de puissants fétiches. Les trois signes les plus couramment déchiffrés par les anciens augures étaient : (a) les apparitions d'oiseaux ou d'animaux ; (b) les plumes, pelages ou fourrures, pierres, ou tout autre fétiche physique ; (c) les cris, chants, jacassements et autres sons d'animaux. Observez attentivement quand et où ils sont les plus manifestes.
5. Quand vous êtes dans la Nature, prêtez attention à ce qui se démarque le plus fortement. Certains jours, une fragrance florale peut ressortir particulièrement. Un autre jour, il pourra s'agir du croassement continuel de corbeaux. Une autre fois encore, vous remarquerez peut-être un arbre en particulier. Ce que vous remarquez le plus lorsque vous êtes dehors, dans la Nature, est ce qui vous a parlé. Prenez-en note. Reconnaissez cette chose ; saluez-la. Puis cherchez-la ; étudiez-la. Quelles sont les qualités et les caractéristiques qui lui sont associées ? Celles-ci vont refléter soit celles qui s'éveillent en vous, soit celles que vous avez besoin de réveiller. Interrogez-vous : « Où puis-je appliquer ces qualités ? Que disent-elles de moi et de ma vie ? »
6. Quand vous commencez à mieux prendre en compte la Nature et à appliquer ce dont vous faites l'expérience, il est bénéfique de faire particulièrement attention aux couleurs.

Y a-t-il des couleurs spécifiques de fleurs ou de plantes qui se distinguent ou que vous rencontrez continuellement ? Quelles sont celles des oiseaux que vous remarquez ? Y a-t-il une couleur significative pour chaque animal que vous croisez ? Gardez à l'esprit que la couleur peut être un indice très signifiant du type d'énergie que vous avez le plus de chances d'expérimenter.

Comme vous allez le voir, les couleurs des animaux peuvent fournir des idées percutantes sur les qualités et énergies se manifestant dans votre vie. La couleur reflète beaucoup de choses sur ces énergies du totem et leur utilité pour vous. Le noir du corbeau peut traduire le mystère ou la capacité à faire surgir la lumière de l'obscurité. Le renard roux qui apparaît dans votre vie peut exprimer un éveil de la Kundalini.

LES QUALITÉS SYMBOLIQUES DES ARBRES

Aubépine = fertilité et créativité, magie

Bouleau = nouveaux départs, assainissement du passé, quêtes de visions

Bruyère = guérison depuis l'intérieur, immortalité et initiation

Cèdre = guérison, nettoyage, protection

Cerisier = mort et renaissance, réveils

Chêne = force et endurance, serviabilité, continuité

Chèvrefeuille = apprendre du passé, discernement, changement

Cyprès = compréhension du rôle du sacrifice

Épicéa = nouvelles prises de conscience, guérison, intuition

Érable = équilibre, expression pratique du mental, promesse

Frêne = sacrifice, sensibilité et haute sagesse

Hêtre = tolérance, connaissance passée,

atténuation des critiques excessives

Houx = protection, victoire sur la colère, guerrier spirituel

Lilas = spiritualisation, prise de conscience de la vraie beauté

Noisetier = sagesse cachée, radiesthésie et divination

Noyer = facilitation des transitions, suivi d'un chemin unique

Oranger = clarté des émotions, libération d'un traumatisme

Orme = force de la volonté, intuition

Palmier = protection, paix, opportunité

Pin = équilibre de la douleur et des émotions, créativité

Platane occidental = communication, amour, apprendre à recevoir

Pommier = magie, jeunesse et bonheur

Saule = magie, guérison, vision intérieure et rêves

Sureau = naissance et mort, renaissance du monde du « Petit Peuple » (*Fäerie*)

Tremble = détermination, victoire sur les peurs et les doutes

LES QUALITÉS SYMBOLIQUES DES PLANTES

Basilic = intégration, discipline et force du dragon

Bégonia = équilibre, psychisme

Bouton d'or = estime de soi, valeur personnelle, pouvoir des mots

Cactus = manifestation de la richesse et de la beauté

Dahlia = développement suprême, estime de soi et

dignité

Gardénia = pureté d'action et d'objectif, aide émotionnelle

Géranium = bonheur, guérison et joie restaurée

Glaïeul = réceptivité à la volonté divine

Gypsophile/brouillard vivace/Souffle de bébé = modestie, beauté discrète

Hibiscus = féminité, sexualité et chaleur, nouvelle création

Iris = inspiration supérieure, pureté mentale

Jacinthe = victoire sur la peine, gentillesse, beauté intérieure

Jonquille = pouvoir de la beauté intérieure, clarté de pensée

Lavande = magie, amour, protection, guérison et vision

Lis = naissance, esprit pieux et humilité

Liseron/Belle-de-Jour = effondrement de l'ancien, spontanéité

Muflier/Gueule-de-loup = force de la volonté, expression créatrice, clairaudience

Œillet = amour profond, guérison, amour de soi

Pâquerette/marguerite = conscience accrue, créativité, force intérieure

Romarin = pouvoir, clarté de pensée, sensibilité

Rose = amour, force par le silence, passion

Souci = fidélité, longévité, sacrifice par amour

Tournesol = opportunités, réalisation de soi, bonheur

Trèfle = chance, amour et fidélité, bonté

Violette = modestie, accomplissement, sensibilité psychique.

Une étude de la signification des couleurs vous aidera à déterminer le sens de ce dont vous faites l'expérience dans la Nature – que ce soit la couleur de votre esprit animal ou de quelque autre aspect de la Nature. La couleur est une expression énergétique et elle peut symboliser quelque chose de positif ou de négatif.

Ne vous inquiétez pas si vous ne rencontrez que des animaux de couleur terne ou terreuse. Gardez en tête que la plupart d'entre eux adoptent des teintes qui les aident dans leur processus de survie. Les couleurs les plus ternes ou neutres peuvent traduire une forme de camouflage qui sert à protéger l'animal. Demandez-vous : « Quel objectif remplit cette couleur pour l'animal ? » Demandez-vous ensuite si vous avez besoin de développer l'aspect positif de la couleur en question ou si celle-ci est une invitation à faire quelque chose à propos de son expression négative.

La liste suivante va vous fournir quelques éléments et perspectives sur les couleurs et leurs significations. Dans la bibliographie, vous trouverez également plusieurs ouvrages qui vous aideront à éclairer le sens des couleurs. Rappelez-vous que, dans la Nature, vous rencontrerez bien des nuances de coloris, aussi gardez de la souplesse dans vos interprétations.

COULEURS	**QUALITÉS POSITIVES**	**QUALITÉS NÉGATIVES**
Noir	Protection, naissance, magie	Dissimulation, sacrifice
Bleu	Bonheur, calme, vérité	Dépression, solitude
Brun	Ancrage, nouvelle croissance	Manque de discernement
	Croissance,	

Vert	guérison, abondance	Incertitude, mesquinerie, cupidité
Gris	Initiation, imagination	Déséquilibre, dissimulation
Orange	Chaleur, joie, créativité	Orgueil, agitation, inquiétude
Rouge	Sexe, passion, force	Colère, agressivité, impulsivité
Violet	Alchimie, humilité, esprit	Obsession, incompréhension
Blanc	Pureté, partage, vérité	Éparpillement, débordement
Jaune/or	Communication, optimisme, inspiration	Besoin de clarification, excès de critique

7. Comme autre moyen de développer votre disposition à l'augure, vous devez prêter attention aux nombres associés aux animaux que vous croisez. Comme les couleurs, ces derniers sont associés à un symbolisme aussi ancien que profond. Ils peuvent vous aider à identifier dans quels domaines appliquer de manière optimale les énergies de votre totem. Ils peuvent aussi vous permettre de comprendre plus clairement ce que la Nature essaye de vous communiquer.

   Par exemple, en marchant dans la Nature, vous allez voir trois corbeaux voler au-dessus de votre tête. Puis, un peu plus tard, vous tombez sur davantage de corbeaux encore, mais toujours par groupes de trois. Pour certaines personnes, cet oiseau peut être le symbole d'un grand vide, de l'obscurité, mais, ici, leur nombre va modifier cette

interprétation. Trois est le nombre de la créativité et d'une renaissance. Donc voir trois corbeaux peut traduire l'idée d'une prochaine renaissance ou d'une nouvelle naissance, le fait de sortir du vide, de faire surgir la lumière des ténèbres.

Là encore, le mysticisme des nombres va pouvoir contribuer à éclairer le langage des animaux. Plus vous élargissez votre vocabulaire de la Nature – couleurs, nombres, plantes, animaux, etc. –, plus elle va vous parler et plus vous allez comprendre. Combien d'animaux ou d'oiseaux spécifiques voyez-vous régulièrement ? Est-ce qu'il arrive qu'un oiseau ou un animal, comme le corbeau, vous interpelle par son cri ou son chant ? Et si tel est le cas, combien de fois cela se produit-il ? Avez-vous repéré un schéma ou une forme spécifique du son qu'il émet – par exemple, un rythme numérique naturel ?

Accordez une attention toute particulière aux apparitions d'animaux que l'on ne voit pas souvent. Elles auront d'autant plus de significations si elles se répètent dans un laps de temps restreint. Il est arrivé qu'un renard roux croise plusieurs fois ma route au cours d'une même journée, tant quand j'étais à pied qu'en voiture. Dès lors qu'un renard est un as du camouflage et qu'il est difficile à voir, son apparition – surtout quand elle n'est pas unique – revêt beaucoup de sens. En de telles occasions, je me suis de nouveau penché sur les qualités du renard, sur le nombre de ses manifestations et sur la direction de ses mouvements. Et j'ai chaque fois été en mesure d'établir un lien entre ces éléments et ce qui se passait alors dans ma vie pour en appliquer les enseignements.

Une étude de la symbolique des nombres – et notamment de la science de la numérologie – va vous aider à développer votre panel terminologique afin de mieux communiquer avec la Nature. En numérologie, l'accent est mis sur les nombres de 1 à 9. Le tableau suivant décline quelques éléments sur la signification des nombres.

NOMBRES	ASPECTS POSITIFS	ASPECTS NÉGATIFS
1	Commencement, originalité, *leader*	Arrogance, domination
2	Féminin, rêves, coopération	Susceptibilité, indiscrétion, ingérence
3	Créativité, naissance, mystique	Tendance au ragot, lunatique

4	Fondations, patience, bâtisseur	Entêtement, rigidité
5	Polyvalence, changement, activité	Dispersion, excès de complaisance
6	Foyer, service, famille	Jalousie, inquiétude
7	Sagesse, chercheur, vérité	Athéisme, infidélité, tendance à la critique
8	Pouvoir, argent, infini	Négligence, cupidité, autoritarisme
9	Guérison, compréhension	Crédulité, naïveté, hypersensibilité

(Tous les nombres à deux chiffres peuvent être réduits à l'un des neuf ci-dessus en additionnant les deux chiffres. Par exemple, 23 = 2 + 3 = 5.)

8. S'intéresser aux directions dans lesquelles apparaissent les animaux est encore une manière de poser des bases pour appréhender le langage animal et développer le don de l'augure. Comme cela a déjà été évoqué dans le précédent chapitre sur les prédateurs et les proies, chaque direction ou quartier du monde a ses propres significations et sens.

   Différentes sociétés ont associé certaines qualités à chacune de ces directions. Certaines de ces associations ont donné naissance à des superstitions. Par exemple, si la première chose que l'on entendait le matin était un chant d'oiseau venant du Nord, on croyait que cela reflétait une

tragédie. S'il émanait du Sud, on pensait que c'était un signe de bonne récolte. S'il venait de l'Est, cela signifiait un amour auspicieux, et de l'Ouest, la chance.

Plus vous allez développer votre relation avec la Nature et les animaux, plus vous allez pouvoir demander à vos totems d'apparaître dans les directions qui seront les plus signifiantes pour les buts visés. Pour que cela fonctionne de la manière la plus efficace possible, vous devez avoir une idée ferme de ce que chaque direction symbolise et représente pour vous. Alors l'animal qui va apparaître dans cet espace ou depuis cette direction sera bel et bien un totem qui vous aidera à mettre en œuvre les qualités spécifiquement associées à cette direction.

Par exemple, si vous associez l'Ouest avec la guérison et qu'un renard roux vous apparaît en provenance de cette direction, vous pouvez sans problème penser que cet animal va vous aider à guérir. Pour bien saisir les détails, vous devez prendre en compte les qualités particulières de l'animal. Dès lors qu'un renard est associé au camouflage et à l'invisibilité, cela peut traduire que vous entrez dans une période où vous allez être amené à guérir ce qui pouvait être camouflé ou invisible à vos yeux.

Le tableau suivant vous propose certaines des associations les plus courantes avec chaque direction. Vous n'avez pas besoin d'être d'accord avec celles-ci. Développez vos propres correspondances. Ainsi, quand un animal va vous apparaître dans cette direction, vous connaîtrez son rôle dans votre vie.

DIRECTION	CARACTÉRISTIQUES ET ÉNERGIES DES DIRECTIONS
Est	Guérison, créativité, illumination, divination et intuition, nouvelle naissance et ensoleillement, nouvelles connaissances, force de la volonté, communication, manifestation de nouveauté.

Ouest	Vision, rêves, quêtes et périples, émotions, imagination, arts créatifs, le féminin, compassion suprême, spiritualité intérieure rénovée, buts.
Sud	Purification, foi, force, réveil de l'enfant intérieur, victoire sur les obstacles, allégresse, changement, protection, autosuffisance, confiance, résurrection.
Nord	Enseignement, abondance, équilibre, sagesse et connaissance sacrées, douceur, reconnaissance, intuition empathique, puiser dans les trésors intérieurs, confiance, alchimie.

À côté des quatre directions cardinales, il faut prêter attention à la position et au mouvement des animaux par rapport à vous-mêmes. L'animal apparaît-il sur votre droite ou sur votre gauche ? Se déplace-t-il de droite à gauche ou de gauche à droite ? Vient-il vers vous ? S'éloigne-t-il de vous ? Tout cela a une signification.

Le côté droit est généralement considéré plus masculin et dans l'affirmation, quand le gauche est jugé plus féminin et réceptif. Si l'animal apparaît sur votre gauche, cela peut refléter le fait que ses énergies sont à l'intérieur et non encore exprimées. Sur la droite, cela peut traduire en revanche qu'elles sont manifestées ou ont besoin de l'être. S'il se déplace de droite à gauche en croisant votre route, ce mouvement peut indiquer que ses énergies sont en train d'entrer dans votre vie ; peut-être même qu'elles sont en train de germer en vous.

À vous de décider ce que chaque direction signifie pour vous et ce que chaque mouvement va traduire. Prenez cinq minutes par jour pendant une semaine pour méditer sur ces associations. En faisant ainsi, vous programmez votre esprit pour comprendre ces mouvements. Vous envoyez

aussi à la Nature le mode d'emploi pour communiquer avec vous. (Reportez-vous au point 10, ci-après pour obtenir des informations complémentaires sur ce processus.)

9. Le type d'activité dans lequel est impliqué l'animal quand vous le rencontrez est encore un autre moyen que la Nature utilise pour s'adresser à vous. Nous venons de parler de l'importance des mouvements directionnels, mais les activités (ou absences d'activité) peuvent aussi nous parler puissamment. Pour comprendre pleinement cela, vous devez avoir connaissance des schèmes d'activité dans lesquelles évolue généralement l'animal.

   Une absence de mouvement ou d'activité peut être un rappel ou un conseil pour marquer une pause dans vos propres activités. Si vous croisez des écureuils qui paraissent jouer ou se courir après au lieu de récolter, de ramasser et de stocker, cela peut vous suggérer de vous octroyer un peu plus de temps de détente. Mais si vous rencontrez deux animaux se querellant, ils expriment peut-être des conflits que vous rencontrez dans votre vie ou en annoncent à venir. La nature des animaux et des affrontements va vous aider à déterminer quel secteur de votre existence est ou va être concerné et affecté.

   J'ai quatre grandes chiennes chez moi : deux golden retrievers, une bergère allemande et une croisée qui pense qu'elle est une golden retriever. Chacune a sa propre personnalité et je les utilise souvent pour obtenir des informations sur ce à quoi je devrais particulièrement faire attention dans ma propre vie. Elles ont toutes les quatre, alternativement, des périodes où leur présence ou leur comportement les distinguent des autres.

   La plus âgée est la golden retrievers dominante. Elle le sait parfaitement et n'a aucun besoin de forcer ce rôle de chef. Les autres chiennes essayent parfois de lui passer devant pour entrer dans la maison ou aller boire de l'eau. Elle reste toujours calme. Elle demeure toujours la « patronne ». Elle le sait, tout simplement, et a toute confiance en sa position au sein de la maisonnée. Dans les moments où ce

comportement se manifeste, il m'incite à me poser, à m'asseoir et à me calmer. C'est souvent un message me demandant d'être simplement patient et d'attendre. Il me rappelle que ma position n'est pas menacée.

L'autre golden retriever, Cheyenne, aime le jeu et les grands espaces. Elle a toujours été un peu solitaire. Mais quand elle a envie d'être plus sociable et joueuse, elle s'assoit devant moi et commence à me tapoter avec sa patte. Et quoi que je fasse, elle insiste. Si les petits coups de patte n'ont pas d'effet, elle va gentiment se mettre à me mordiller mes pieds ou filer dans ma chambre attraper une chaussette pour revenir l'agiter autour de moi. Si cela ne fonctionne toujours pas, elle fait en sorte d'entraîner les autres chiennes à s'ébattre avec elle entre mes jambes. Généralement, c'est pour moi signe qu'il est temps de faire une pause dans mon travail. Cela m'indique que j'ai besoin de divertissement et de relations sociales. Je dois comprendre que je passe trop de temps à travailler ou à n'échanger avec des tiers que pour le travail et non pour le simple plaisir de la socialisation. Quant à Akasha, ma bergère allemande, elle aime penser qu'elle est la reine. Elle déteste se sentir exclue ou voir les autres chiennes lui passer devant en quoi que ce soit. Lorsque nous avons eu Avalon, notre chienne croisée, elle a immédiatement pris en charge son maternage. Par moments, elle devient très agressive et dominante avec Avalon – trop agressive même, parfois. Quand cela arrive, je m'assois et essaye de voir si, dans ma propre vie, je ne suis pas en train de me montrer trop agressif ou autoritaire. Et le plus souvent, je repère aisément quel domaine est concerné.

Avalon, la croisée, a été une merveilleuse arrivée dans notre maison. Elle maintient toutes les autres chiennes actives et joueuses. Elle adore montrer à ses copines qu'elle peut faire des choses impossibles pour elles. Elle les nargue et les excite. Elle vole des choses et les cache. Et elle est toujours joueuse. De temps en temps, quand elle l'est particulièrement, elle me rappelle de garder vivant l'enfant qui est en moi et de prendre du temps pour jouer. Avec de la

pratique, vous apprendrez à voir les connexions entre les activités de l'animal et votre vie. Plus vous comprendrez les modèles comportementaux des animaux que vous rencontrerez, plus ce sera aisé pour vous. Et cela fonctionne tant avec les animaux sauvages qu'avec vos animaux domestiques.

10. La dernière technique permettant de s'approprier le langage animal et le don de l'augure est probablement la plus importante. Si vous voulez que la Nature vous parle et vous envoie des signes, vous devez le réclamer. Vous devez faire un effort conscient pour vous aligner sur la Nature.

    Méditez à l'extérieur. Adressez des pensées et des prières à mère Nature, en lui réclamant des signes et des communications. Faites attention à ce que vous voyez, entendez, ressentez et humez chaque fois que vous êtes dehors. Essayez de trouver des connexions entre ce que vous expérimentez et les circonstances de votre vie. Il m'est arrivé d'entendre jadis que le meilleur moyen de se faire un ami était de lui demander une faveur. En le faisant, on honore cette personne et on montre du respect pour ce qu'elle peut faire. Vous reconnaissez sa capacité particulière. Demandez donc à la Nature de vous enseigner comment apprendre son langage. C'est la plus belle faveur que vous puissiez accorder à la terre et à vous-même.

    À mesure que vous développez votre capacité à comprendre ce que la Nature vous dit, vous pouvez commencer à solliciter des types de communication spécifiques. Les totems animaux sont un des canaux par lesquels cela peut passer. Une fois que vous vous êtes accordé sur ceux-ci, vous pouvez leur demander de communiquer avec vous d'une manière particulière – une manière que vous identifierez toujours comme la transmission d'un message.

    Le faucon est l'un de mes totems. Au cours des années, j'ai développé l'aptitude à en voir et à en entendre partout où je vais. Quand je voyage, je demande toujours la protection et la

vision du faucon pour qu'il me guide et m'assiste au cours du périple. Je réclame aussi que le faucon me manifeste qu'il a entendu mes prières en se montrant au cours de la première heure du voyage. Et le faucon n'a jamais failli. J'en vois toujours plusieurs le long de la route au cours de cette première heure. Certains vont être perchés sur un poteau, d'autres sur des branches surplombant la route, ou je vais en voir voler. Chaque fois que j'en aperçois un, je le salue et lui rends hommage.

Si je voyage de nuit, je demande au faucon de m'envoyer quelque autre totem pour me montrer que mon déplacement est sous protection et bénédiction – dès lors que ce rapace ne vole pas la nuit. Selon les cas, je repère des chevreuils, des chouettes ou d'autres animaux nocturnes en nombre tel que je sais que le faucon veille sur moi.

En développant votre relation avec votre totem, vous pouvez lui demander de vous apparaître de manières particulières pour des messages spécifiques. Par exemple, je demande à mes faucons de m'indiquer où se trouve la police sur l'autoroute ou si la voie est libre. Quand je remarque un faucon pendant que je conduis, je suis attentif au fait qu'il me regarde ou non, qu'il soit derrière ou devant moi, sur la gauche ou la droite de la route, qu'il plane ou s'envole en flèche, etc. Au long des années, cela a fourni la matière d'un formidable lexique qui me permet de communiquer efficacement avec les faucons et de connaître les conditions de circulation et la présence des radars de la police. Ce procédé n'a jamais failli et est même très précis. Pour que cela fonctionne, vous devez donc développer votre relation avec les totems et leur réclamer les signes.

CHAPITRE 5

LES AUGURES ET LA SIGNIFICATION DE L'ENVIRONNEMENT

Comme nous l'avons mentionné dans le précédent chapitre, l'une des manières de parvenir à comprendre la Nature et ce qu'elle vous dit par l'intermédiaire des animaux passe par l'examen du symbolisme des habitats. L'environnement, le paysage, les habitats, le décor en général dans lequel on rencontre et observe les animaux viennent compléter la compréhension que vous pouvez avoir du rôle qu'ils sont susceptibles de jouer dans votre vie en tant que totems. Gardez à l'esprit que les forces spirituelles intérieures se manifestent sous différentes formes au sein de la Nature. Par exemple, cela signifie qu'un sommet de montagne a une signification bien plus grande que celle d'être le haut d'un promontoire.

Différents mondes – différents paysages – reflètent des états d'être différents. Nous pouvons découvrir beaucoup de choses sur notre existence en nous tournant vers les décors de notre vie. De

nombreuses sociétés ont reconnu l'importance de l'environnement, du paysage et des formes et caractéristiques de l'espace où nous vivons. Elles les voyaient comme des symboles dynamiques. Nous pouvons découvrir quantité de choses sur nos situations en nous orientant sur le paysage et la vie qui s'y niche. Pour y parvenir de manière appropriée, nous devons considérer :

— les caractéristiques et éléments prédominants de l'ensemble, qu'ils soient naturels ou artificiels, c'est-à-dire les arbres, les fleurs, les terres, etc. ;

— le symbolisme spatial ;

— la forme ou la configuration du terrain (meuble, dur, accidenté, en pente, etc.) ;

— la relation entre une partie spécifique de la zone et l'ensemble du paysage ;

— le schéma cyclique général (annuel, saisonnier, etc.) ;

— les couleurs prédominantes ;

— la faune prédominante.

Ce ne sont là que des caractéristiques de base à prendre en compte. Dans le contexte de cet ouvrage, nous ne pouvons explorer dans le détail tous ces aspects avec leurs implications symboliques. Je vais m'efforcer de fournir ici une vue d'ensemble sur laquelle vous allez pouvoir vous appuyer et construire.

En Orient (particulièrement en Inde et au Tibet), l'utilisation des formes géométriques est appelée yantra et géomancie. Confrontée aux aspects physiques de notre environnement – qu'il s'agisse de la configuration d'une pièce, d'un jardin ou d'un parc –, la connaissance du symbolisme de ces formes géométriques se révèle fructueuse. Si, dans les traditions occidentales, la géomancie est souvent considérée comme de la divination, elle a une histoire bien plus importante, sans parler de ses applications à l'environnement.

En Chine, le Feng Shui est un art qui utilise l'ancienne sagesse pour organiser l'ordonnancement de l'ameublement et de l'habitat en général afin de créer une harmonie aussi parfaite que possible

avec la Nature. Cette pratique chinoise se fonde sur les principes à la base du *design*, de l'écologie, du mysticisme et de l'architecture. « Malgré tout le mystère qui l'entoure, le Feng Shui a évolué à partir de la simple observation que les individus sont affectés, en bien ou en mal, par l'environnement[1]. »

Comme de nombreuses autres sociétés humaines, les Chinois voyaient un lien dynamique entre les paysages et les individus. Ils croyaient que la Nature réagit à tout changement et que les réactions avaient une résonance dans la vie des hommes. Le Feng Shui est un langage de symboles associés à l'environnement – rural ou citadin, et jusqu'aux pièces des maisons. Pour une personne *feng shui*, la forme du paysage peut imprimer sa marque sur la vie d'un individu et affecter son caractère ou sa prospérité. On peut la lire et l'interpréter de manières très significatives qui doivent absolument être considérées si l'on veut comprendre et parler couramment le langage de la Nature.

Dans le Feng Shui, l'environnement endosse des qualités symboliques. Par exemple, les montagnes peuvent être des chiens de garde ou des dragons, les rivières peuvent être des serpents et les collines des barrières. Les arbres peuvent refléter la longévité et la protection, tandis que des plaines plates et sans rivière seront souvent vues comme dépourvues de toute énergie. Examiner les qualités symboliques de l'environnement en conjonction avec les animaux totems peut se révéler très riche d'information.

Ce processus peut s'appliquer tant dans les environnements ruraux que citadins. Dans les villes, les bâtiments élevés remplacent les montagnes et les artères se substituent aux rivières. La taille, la forme et les couleurs des bâtiments et des gratte-ciel modifient le flux naturel des énergies et suggèrent beaucoup de choses quant à la sorte d'énergie qui va se manifester dans votre vie, de même que les directions des routes et leurs angles.

Derrière ma maison, il y a une petite colline et, au sommet de celle-ci, une rangée d'immeubles ressemble à la colonne

vertébrale d'un dragon. Entre les immeubles et ma maison, la pente était couverte d'arbres et de feuillages denses d'un vert intense. Une personne *feng shui* traditionnelle n'aurait pas manqué de voir là un lieu de haute énergie. C'était un espace qui abritait une grande variété d'animaux – des ratons laveurs, des opossums, des corbeaux, des pics, des chouettes, et bien d'autres oiseaux et petits mammifères. Malheureusement, au cours de l'an passé, la ville a demandé aux propriétaires des appartements de nettoyer la végétation. S'ils ont détruit la zone, il a fallu à peine un mois pour que l'endroit reverdisse et qu'il commence à retourner à l'état sauvage, en dépit des efforts pour planter une flore plus aisément contrôlable. De nouveaux arbres se mirent même à pousser. Autant de témoignages du flux positif d'énergie qui circulait dans cet espace. Cela ne fit que renforcer mon impression que le dragon contre lequel est blottie ma maison est très puissant et très bénéfique.

SYMBOLOGIE DE L'ENVIRONNEMENT

En examinant les formes et les contours de votre environnement et de celui de vos totems, vous allez encore découvrir énormément de choses sur vous-mêmes et sur le rôle que joue votre totem dans votre vie. Examinez le cadre dans lequel vous rencontrez et observez les animaux en liberté. Essayez de déterminer certaines de ses qualités symboliques. Cela va vous aider à comprendre la signification de la vie sauvage (la faune et la flore) endémique dans ce secteur. Pour le faire efficacement, vous devez apprendre à faire appel à une grande imagination et au bon sens, parallèlement à une connaissance tant pratique que psychique. La liste suivante va vous aider à y parvenir :

L'environnement urbain

Dans la société moderne, la plupart des individus se retrouvent à vivre dans un environnement urbain. Cela ne les empêche pas d'apprendre à déchiffrer la Nature et à développer le langage

animal. Les villes ont, bien évidemment, leurs propres leçons à transmettre.

Nombre de ces leçons des villes sont associées à la communauté et à l'apprentissage d'une vie confrontée à la diversité, à la flexibilité et à l'adaptabilité. Observez la variété de personnes vivant dans votre environnement, la diversité de conditions et autres situations. Examinez la forme de votre ville. Que reflète cette forme ? Est-ce que les principaux bâtiments de la ville (les organes de gouvernement, hôtels de ville, préfecture, etc.) font face à l'Est, à l'Ouest, au Nord ou au Sud (rappelez-vous que les directions symbolisent des qualités spécifiques) ? Est-ce que votre habitation au sein de la ville est elle-même orientée vers l'Est, l'Ouest, le Nord ou le Sud ? Quelle est la forme symbolique de votre habitation ou de votre jardin ?

Pour une personne *feng shui* ou qui a cette connaissance de la lecture du paysage, les formes rectangulaires ou carrées sont souvent considérées comme les meilleures. Elles refléteraient l'équilibre. Mais qu'est-ce que les configurations des rues proches de chez vous semblent exprimer ? Un jardin à l'arrière de la maison situé plus en hauteur que l'avant est souvent estimé plus auspicieux. Est-ce que des plantes ou des arbres poussent près de chez vous ? Cela manifeste une énergie positive.

Rappelez-vous que les villes et les habitations ont leur propre métabolisme. Ceux qui vivent à l'intérieur de celles-ci vont adopter nombre des caractéristiques de leur logement, de leur jardin, de leur voisinage et de leur ville. Ils vont incarner et refléter les qualités de ces environnements.

Les villes possèdent aussi leurs propres faunes et flores. Les animaux qui vivent et survivent dans les cités ont une grande capacité d'adaptation. Veillez à ne pas formuler de jugements biaisés sur les animaux des villes. Même le rat peut avoir de merveilleuses particularités symboliques. En astrologie chinoise, celui-ci possède des caractéristiques qui vont de l'humour à la méticulosité, et qui changent souvent d'orientation. Comme tous les animaux, ceux des villes doivent être examinés sous tous leurs aspects.

Arbres et plantes des forêts

Aux forêts est associé un symbolisme très ancien. Ce symbolisme est fréquemment complexe, mais toujours connecté aux forces féminines dans l'univers – forces de création et de naissance. Le type de forêt concernée, sa densité, les arbres et plantes qui y prédominent sont autant d'éléments qui vont fournir des éclairages.

Les forêts sont des lieux où la végétation et les animaux prospèrent – libres de tout contrôle de la part des sociétés ou des cultures. Aujourd'hui, même s'il est difficile de trouver des forêts qui ne soient pas touchées d'une manière ou d'une autre par la culture humaine, c'est toujours une bonne chose de faire des virées occasionnelles dans les espaces forestiers. C'est une expérience libératrice pour notre propre conscience.

Les forêts sont des symboles de l'inconscient. Elles sont une image des forces primordiales inexploitées auxquelles nous avons encore accès. Les individus qui ont peur des forêts vont peut-être se rendre compte que c'est en réalité la liberté qu'ils craignent, leurs propres forces créatrices ou les périls liés à la libération de l'inconscient.

Les règles de la vie en forêt sont très différentes et même étrangères pour un citadin. Les leçons du processus prédateur/proie y sont amplifiées à un degré supérieur et plus pur. Mais la forêt physique est aussi un endroit où nos propres « forêts » créatrices peuvent prendre vie et s'épanouir hors des limitations ou des restrictions de la société ou de quelque tiers que ce soit appartenant à nos existences.

Jardins et plantes

Pour un habitant des villes, les jardins et les plantes sont essentiels pour maintenir le contact avec la Nature à un degré ou l'autre. Ce sont des images symboliques de la croissance – un reflet de la Nature en miniature.

Un jardin est un lieu où la Nature est contrôlée et soumise.

C'est une Nature confinée. Néanmoins, il est également un symbole des énergies féminines, de la capacité de créer et de nourrir la vie. Le genre de jardin que vous entretenez (légumes, herbes, fleurs…) et le type d'animaux qui le visitent peuvent être très instructifs. Souvent, il traduira de quelle manière – bonne ou mauvaise – vous utilisez consciemment vos énergies et aptitudes créatrices innées.

À mesure que votre jardin croît et produit, vous allez remarquer une croissance et des mouvements dans des domaines correspondants de votre vie. Si vous entretenez un jardin intérieur, à un moment donné, il est possible que vous ayez envie de le transplanter à l'extérieur afin de le laisser se développer à l'air « libre » et sans contrainte. Et ce peut être un évident moyen de susciter un contact avec le monde animal. Cela renforcera votre connexion avec la Nature et les animaux.

Prendre soin de votre jardin est une manière de dire symboliquement que vous êtes ouvert à la Nature et à ce qu'elle a à vous offrir. C'est une expression externe de votre volonté de communier avec la Nature. Inévitablement, on va rencontrer quelqu'un qui dira : « Je ne peux rien faire pousser. Tout ce que je plante meurt. » La mort fait partie de la Nature et ne devrait pas vous décourager. Cela pourrait aussi dire que vous vous donnez trop de mal ou que vous essayez simplement de faire pousser quelque chose sans en avoir encore la capacité.

Il en va des plantes comme de n'importe quelle autre chose bénéfique : il faut du temps. Essayer de vivre une communion immédiate avec la nature ou vous imaginer que vous allez maîtriser rapidement et facilement l'augure ou le langage animal est précisément ce qui crée superstition et déception. N'oubliez pas que les graines ont besoin de temps pour germer et prendre racine. Et rappelez-vous aussi qu'en travaillant à vous harmoniser avec n'importe quel aspect de la Nature, vous ouvrez la porte à une harmonisation avec tout.

Maison et logis

Votre maison – et les animaux qui vivent dedans et/ou autour d'elle – peut vous en apprendre beaucoup sur votre vie. Avez-vous des animaux domestiques ? Quelles sont leurs qualités et caractéristiques fondamentales ? Quelles sortes de relations avez-vous avec eux ? Le nombre de propriétaire d'animaux domestiques irresponsables dans le monde est incroyable. Si vous ne pouvez vous occuper de manière responsable d'un animal domestique, vous aurez encore moins de réussite avec un animal sauvage. Quels types d'oiseaux ou d'animaux voyez-vous le plus souvent autour de votre maison ?

Votre maison reflète ce que vous êtes et elle vous affecte aussi. Traditionnellement, elle est un lieu de sagesse et elle renvoie également l'image du corps humain et du mécanisme de la pensée. Dans quelles pièces passez-vous le plus de temps ? Quelles sont les formes de celles-ci ? Dans quel état sont-elles ? Bien ou mal rangées ? Propres ou sales ? Chaleureuses ? Froides ou chaudes ? Confortables ou non ?…

Les appartements et les maisons ont un très grand impact sur les citadins. Ce doit être des endroits où vous vous sentez bien, à l'aise et en sécurité. Plus vous vous sentirez à l'aise et en sûreté, plus la vie animale s'y sentira pareillement et aura de facilité à y évoluer. Que ressentez-vous quand vous passez votre porte d'entrée ? Que ressentez-vous primordialement quand vous sortez dans votre jardin ?

Votre logis, votre maison et les animaux qui tournent autour vous apprennent beaucoup. Si vous envisagez de déménager, il est judicieux d'observer quels oiseaux et animaux semblent se rassembler dans son environnement immédiat. L'endroit où apparaissent les animaux est aussi très instructif et exprime beaucoup de choses. S'ils sont plus nombreux et viennent plus fréquemment dans le jardin du devant, ils peuvent refléter la « façade » que vous présentez ou cette partie de vous qui est ouverte au public ou qui prédomine à « l'avant » de votre esprit. Si les animaux se rassemblent plutôt à l'arrière, ils traduisent peut-être plutôt vos aspects privés – ce que vous gardez caché –, la conscience intérieure. Chaque aspect de votre demeure,

l'extérieur comme l'intérieur, peut fournir des éléments pour comprendre ce que la Nature vous dit.

Par exemple, si des écureuils paraissent s'assembler ou être aperçus plus fréquemment devant votre maison, cela peut vouloir dire que vous apparaissez aux tiers comme une personne très occupée – toujours en train de travailler, affairée et en activité. Si c'est à l'arrière qu'on les voit le plus, c'est sans doute que vous accumulez beaucoup de travail en privé, sans que des yeux étrangers s'en aperçoivent. Rappelez-vous que nous sommes toujours en quête de relations à établir.

Marais et marécages

Une grande variété d'animaux et de plantes vit dans les zones de marais. C'est un environnement dans lequel se concentrent de nombreux gibiers d'eau. Comme nous allons le voir dans la deuxième partie, les gibiers d'eau représentent la capacité à aller au-delà des stades émotionnels ou passionnels de la vie. Ils peuvent symboliser la nécessité d'amener de l'air frais dans votre vie émotionnelle.

Les marais et marécages sont aussi des zones de décomposition. Ils sont une combinaison d'eau et de terre sous une forme passive. La décomposition fait partie d'un processus de transition : la destruction ou l'effondrement de l'ancien est nécessaire avant de construire du neuf. Cela peut refléter le processus alchimique actif dans votre vie, surtout si votre totem est un animal qui réside ou est découvert dans les zones marécageuses.

Dans les récits du roi Arthur et des chevaliers de la Table ronde, sire Gauvain est un des rares qui triomphe finalement dans sa quête du Saint-Graal. Une partie de son périple et de ses épreuves se déroule dans un décor de marais. Ceux qui ont un totem venant de ces espaces marécageux seraient bien inspirés de lire ou relire l'histoire de Gauvain.

Prairies et vallées

Les prairies sont des zones où abondent la vie animale et la végétation. Elles se trouvent généralement près d'un ruisseau ou d'une rivière, aussi sera-t-il opportun d'examiner le symbolisme des cours d'eau en même temps que celui de la prairie. Ce cours d'eau est généralement ce qui nourrit le pré. La prairie traditionnelle a quelques arbres, mais surtout elle est constituée d'étendues d'herbe et de fleurs sauvages, donnant au champ un aspect doux.

Le sol est d'ordinaire très fertile et bien nourri. Et les totems de cet environnement peuvent vous montrer comment fertiliser et nourrir votre propre vie. Ils peuvent aussi indiquer les domaines dans lesquels ils font parfois défaut. Ne manquez surtout pas d'observer les couleurs prédominantes, les fleurs, la forme globale de la prairie… Rappelez-vous que les prairies sont des lieux de silence et de croissance douce.

Pour beaucoup, vallées et prairies sont quasiment équivalentes, mais il y a pourtant une différence. Une vallée est davantage une zone de faible altitude. C'est un espace de grande fertilité et elle est souvent mise en opposition avec le désert, un lieu de purification. Les vallées sont de longue date des symboles de nouvelle vie, de nouvelle fertilité, et un cadre neutre et bénéfique pour le développement de la créativité. Les totems associés à cet environnement contribuent fortement à cet essor. Dans la légende et la tradition, les vallées sont fréquemment un endroit où vivent les prêtres ou les prêtresses d'une communauté.

Montagnes

Les montagnes reflètent souvent le pouvoir et une grande hauteur d'esprit. Les animaux de la montagne ou que l'on trouve autour de celle-ci vous révéleront des manières de découvrir vos pouvoirs spirituels. Les montagnes ont une hauteur et une verticalité traditionnellement masculines dans leur symbolisme. Sa masse et sa forme traduisent les aspects sexuels de la

masculinité et l'expression manifeste de l'affirmation de soi. Pour les Chinois, les montagnes étaient des symboles de grandeur et de générosité. Quant aux chaînes de montagnes, elles symbolisaient des dragons.

Les montagnes peuvent refléter le processus alchimique en action dans votre vie. Les animaux totems que vous rencontrez dans de tels environnements vous révéleront comment travailler de manière optimale avec ce processus en fonction de vos circonstances du moment. De nombreux mythes parlent de montagnes creuses assumant quasiment la même fonction qu'un four – cuisant et forgeant l'esprit de ceux qui y pénètrent. Les espaces creux et les entrailles ont été décrits comme le monde des morts et le séjour des fées. Encore une fois, cela nous dit que les totems associés à cet environnement sont ceux qui nous ouvrent de nouvelles dimensions.

La montagne nous rappelle la sensation d'accomplissement spirituel qui est la nôtre quand nous surmontons des obstacles. À cause de leur hauteur, nous voyons de nombreuses montagnes comme des axes du monde reliant le ciel et la terre. Les châteaux étaient souvent construits sur des éminences, fournissant un point de vue d'où les humains pouvaient communier avec le divin ou invoquer les pouvoirs célestes et les manifester sur la terre. Les montagnes sont des symboles de haute méditation, d'élévation spirituelle et de communion avec les esprits.

Terrains boueux

Les terrains majoritairement constitués de boue ou de vase, ou d'animaux que l'on rencontre dans un environnement boueux (par exemple, après la pluie, etc.) sont très significatifs. La boue est l'union de la terre et de l'eau. Cette combinaison traduit la transition et la transformation.

La boue est la substance de la naissance. C'est le milieu d'émergence de la matière. Cet environnement manifeste qu'une nouvelle stimulation intervient dans quelque secteur de votre vie. Votre animal totem vous aidera précisément à déterminer quel

secteur est concerné.

La boue peut aussi être un rappel de la nécessité de recharger et renforcer notre connexion avec la terre primordiale. Le totem qui apparaît alors peut fournir des éclairages quant à la meilleure façon d'y parvenir. Le plus généralement, la boue traduit l'opportunité d'une nouvelle germination, d'un nouveau développement, dans notre vie.

Mais à l'inverse, une quantité excessive de boue – ou d'animaux pris dans celle-ci – peut vous lancer un avertissement concernant symboliquement peu ou prou la même chose. Êtes-vous paralysé, « embourbé », dans un secteur particulier de votre vie ? Vos émotions vous enlisent-elles ? Êtes-vous englué dans de vieilles émotions qui vous empêchent de croître ou d'avancer ?

Océans, mers et rivières

L'eau est toujours un élément très signifiant. C'est la source primordiale de la vie. De nombreux mythes et textes sacrés nous racontent comment toute vie jaillit des mers. L'océan est un symbole de la matrice, du ventre de la mère, et donc aussi de cette dernière et de la femme en général. Les totems associés à l'eau sont donc porteurs de ces mêmes qualités symboliques.

L'océan – comme l'eau en général, au demeurant – est une force dynamique. Il est constamment en transition et peut manifester la même notion dans votre vie. Les totems qui y vivent peuvent révéler comment œuvrer de manière optimale dans ces moments de transition. L'océan est aussi la somme totale de toutes les possibilités.

L'océan et les grandes mers sont des symboles du subconscient et même de l'inconscient. Les totems qui leur sont liés peuvent donc contribuer à réveiller les niveaux les plus profonds de l'esprit. L'eau reflète notre vie spirituelle et nos émotions. La qualité et l'activité de l'eau dans les mers, les océans et les rivières vous révélera beaucoup sur ces aspects de vous-même.

Les rivières ont une connexion symbolique très ancienne avec la vie animale, la création et l'écoulement du temps. Elles sont un lieu où les animaux se rassemblent pour boire. Le flux de la rivière est souvent utilisé comme métaphore du passage du temps. Les totems liés aux rivières ou que l'on rencontre dans celles-ci peuvent fréquemment vous aider à vous confronter à votre passé ou à votre avenir.

Parce que les rivières s'écoulent, elles traduisent une évolution continuelle. La qualité de l'eau de rivière, la vitesse de son flux et l'animal totem qui lui est associé sont autant d'éléments qui vont vous aider à définir les secteurs de votre vie en cours de mutation ou d'évolution, et comment gérer ce processus le plus efficacement possible.

Terrains rocheux ou rocailleux

Les terrains rocheux peuvent exprimer de nombreuses possibilités, toutes marquées par le totem et son activité dans cet environnement. Les rocs et rochers ont été décrits dans les histoires et les mythes comme des obstacles à gravir. Ils sont souvent des symboles du vrai soi. Naturellement, des roches ou des pierres différentes ont aussi des significations différentes – chacune ayant ses qualités particulières. Les terrains rocheux – particulièrement quand ils sont situés en haute altitude, dans les montagnes – étaient fréquemment considérés comme les demeures des dieux et des déesses parce qu'ils étaient inaccessibles.

Mais ils peuvent aussi exprimer la solidité, la stabilité et la robustesse. Ils peuvent être un lieu d'où l'on sera en mesure d'acquérir une nouvelle perspective. Nombre de personnes ne résistent pas à l'idée de grimper sur un rocher et de se tenir dessus pour avoir un meilleur point de vue sur le terrain environnant.

Dans l'apprentissage du langage animal, nous commençons

par observer les animaux. Mais nous ne nous arrêtons pas là. Si nous voulons vraiment comprendre comment le divin s'adresse à nous par l'intermédiaire de la Nature, nous devons aussi examiner l'environnement dans lequel nous découvrons notre totem, ainsi que son habitat naturel si celui-ci est différent de celui dans lequel nous l'avons rencontré.

Au cours de notre vie, nous allons croiser bien des habitats, des climats et des animaux différents. Tous vont nous dire quelque chose. Se poser les questions suivantes aide à développer la capacité à comprendre ce que la Nature nous dit *via* le monde animal. Cela vous permettra de transformer le langage animal en un vrai don d'augure :

— Quelles sont les caractéristiques et qualités de l'animal totem ? Est-il endémique à la région ou migrateur ?

— Quel est son habitat naturel et qu'est-ce que cela indique ?

— Quelle est la nature symbolique de l'habitat dans lequel vous rencontrez votre totem ?

— Quel est le contexte climatique dans lequel il apparaît ? Dans quel climat évolue-t-il normalement ? Quels sont les rythmes saisonniers ordinaires de sa vie ?

— Qu'est-ce que l'environnement et l'animal vous disent sur vous et votre vie ?

DEUXIÈME PARTIE

ENCHANTEMENT AILÉ

Si les hommes avaient des ailes et portaient des plumes noires, peu d'entre eux seraient assez intelligents pour être des corbeaux.

Henry Ward Beecher

CHAPITRE 6

LES OISEAUX TOTEMS ET L'INITIATION DE L'AIR

Les oiseaux sont l'objet d'une mythologie et d'un mysticisme très anciens. Dans la plupart des sociétés, les animaux étaient des signes visibles de forces invisibles et les individus pensaient que vous ne pouviez comprendre le divin qu'au travers de ses créations. Ce qui était particulièrement vrai pour les oiseaux. Leurs comportements, caractéristiques et autres qualités revêtaient des significations tant naturelles que surnaturelles.

Les oiseaux étaient souvent vus comme des divinités ou comme les pensées des divinités. Dans la mythologie nordique, le dieu Odin était accompagné de deux corbeaux, Hugin (« Pensée ») et Munin (« Mémoire ») qui étaient ses messagers. Dans la mythologie de l'Amérique centrale, le dieu de l'air, Quetzalcoatl, est le plus souvent représenté sous la forme d'un

serpent à plumes. Dans la tradition amérindienne, l'Oiseau-Tonnerre est une créature esprit d'un grand pouvoir de création et d'une grande puissance. Le dieu égyptien Horus est généralement décrit avec une tête de faucon, tandis qu'on voit fréquemment Maat, la déesse égyptienne de la vérité, avec une plume de vautour ou d'autruche. Pour les Hindous, les oiseaux représentaient un état d'être supérieur.

Les légendes, le folklore et la mythologie regorgent de créatures ailées qui étaient en relation avec les humains de différentes manières. Pégase est le cheval grec ailé. Les harpies étaient des femmes à l'apparence d'oiseaux et l'antique griffon était une combinaison d'animaux avec, notamment, de grandes ailes et une tête d'oiseau. Quant au phénix, c'est un volatile mythique qui est brûlé dans les flammes du sacrifice avant de renaître de ses propres cendres. La plupart des contes parlant de contacts angéliques décrivent ces créatures comme ailées et dotées de caractéristiques propres aux oiseaux.

Pour les humains primitifs, les oiseaux étaient des dieux. Les oiseaux pouvaient produire le tonnerre et apporter la pluie. Leurs ailes et leur vol exaltaient l'imagination des hommes. Du fait de cette exceptionnelle aptitude à voler, on en vint à attribuer beaucoup de significations symboliques et mystiques aux oiseaux. Ces derniers annonçaient la mort et ils pouvaient apporter tant la fortune que l'infortune. On les voyait comme des anges et des instructeurs, mais aussi comme des démons et des destructeurs. Beaucoup croyaient qu'ils étaient les âmes des morts. Dans un cours de catéchisme auquel j'ai assisté quand j'étais très jeune, une religieuse raconta qu'un enfant devenait un oiseau s'il mourait avant d'être baptisé.

Les oiseaux sont une des plus anciennes formes de vie sur la planète. De nombreux scientifiques pensent qu'ils sont issus des reptiles au terme d'une évolution de plus 140 000 000 d'années. Le plus vieil oiseau connu de l'humanité est l'archéoptéryx (du grec signifiant « aile antique »[1]). Le fossile de ce volatile date de la fin du Jurassique et montre qu'il avait encore une queue ressemblant à celle d'un lézard, des mâchoires avec de petites

dents pointues et des serres au bout des ailes.

Voler est un moyen de quitter la terre et de s'élever vers les cieux. Et inversement, c'est un moyen de descendre du ciel et d'atterrir. Les oiseaux sont le pont entre les humains et le divin, la terre et le ciel. Ils sont des symboles de transcendance, de l'élévation au-dessus des natures inférieures. Ils reflètent la domestication d'une nature juvénile ou le fait de s'en extraire. Souvent, des moments d'affranchissement d'un état d'être trop fixe, englué, définitif ou immature sont exprimés dans la symbolique et les apparitions des oiseaux. Ils sont donc bien les symboles ultimes de la transcendance et de la libération de n'importe quel schéma d'existence pour atteindre un niveau supérieur.

Les oiseaux manifestent l'union d'un esprit conscient avec l'inconscient. Ils reflètent l'aboutissement d'un plein accomplissement. En raison de leur aptitude à voler, on les associe avec l'aspiration, les envols de l'intuition, la beauté et la lévitation. Ils sont une source d'imagination créatrice et ils ont la capacité de réveiller en nous nos propres élans de magie.

Naturellement, chaque oiseau a des qualités et caractéristiques qui lui sont propres. Étudier ceux que vous croisez va puissamment vous aider à identifier et à utiliser vos propres facultés créatrices. Chacun a le potentiel de vous assister dans votre vie et de vous permettre de comprendre que chaque jour de votre existence présente des occasions de vous envoler vers de nouvelles hauteurs.

Je crois qu'il y a une très bonne raison pour que l'on rencontre partout des corbeaux. Traditionnellement, ils étaient des symboles de magie. Ils croassent bruyamment et interpellent tout le monde. Cela devrait nous rappeler que la magie nous environne en permanence, et qu'elle nous invite à l'utiliser dans notre vie. Les comportements, mouvements et autres activités des corbeaux que vous allez rencontrer vont vous aider à comprendre comment vous servir de la magie dans votre quotidien.

Apprendre à connaître la signification spirituelle des oiseaux et à vous mettre à l'unisson de celle-ci vous permettra d'ouvrir de

nouvelles facultés de perception – dans le passé, le présent et l'avenir. Les oiseaux savent parler avec tous les animaux. Ils savent comment rendre nos idées concrètes et efficaces. Lorsque, dans votre vie, vous vous sentez en mesure de voir votre conscience s'élever ou d'assister à une nouvelle manifestation de votre véritable essence, les oiseaux vont être particulièrement présents. Ils deviennent alors des signes, des panneaux indicateurs, des protecteurs et des instructeurs.

Quand vous commencez à étudier et à honorer les oiseaux que vous croisez dans de tels moments, vous recevez des plumes. Vous en trouvez partout où vous allez. Et des personnes vous en offrent, peut-être même sans savoir pourquoi elles vous font un tel présent, si ce n'est qu'elles *sentent* qu'il est pour vous. Vous devriez particulièrement honorer et apprécier ces cadeaux.

Les plumes ont longtemps été associées au vent, à l'esprit, à de nouveaux envols, et à tous les dieux et déesses créateurs. Elles sont une forme de langage supplémentaire et, en tant que signes et dons, elles assument des fonctions spécifiques, dont les plus courantes sont :

— une connexion directe avec les dieux, les déesses et des forces divines spécifiques ;

— une forme que les dieux/déesses (forces divines) adoptent quand ils voyagent ;

— un signe entre les hommes et les dieux, et entre les humains eux-mêmes ;

— des qualités et des caractéristiques qui sont en nous ou autour de nous, que nous devons gérer ;

— une médecine ou une qualité que nous pouvons développer ;

— un lien avec des instructeurs d'aspects spécifiques de la Nature, au nombre desquels se comptent les créatures animales, angéliques et/ou appartenant au monde des fées.

— des signes et présages ;

— des outils pour prier, adresser des requêtes et s'aligner sur des forces naturelles particulières ;

— un reflet de nouveaux changements et de nouvelles élévations de conscience qui s'annoncent dans notre vie ;

— un appel à déployer les ailes de l'enchantement dans notre vie.

La plupart de ces fonctions vont être explorées en détail dans les prochains chapitres. Gardez toujours à l'esprit que les ailes d'un oiseau et ses plumes lui permettent d'appartenir au ciel. Chaque plume est un don spécial et une promesse. Chacune peut vous connecter aux énergies archétypales spécifiques de *n'importe quel* oiseau. Vous n'avez pas besoin d'être en possession d'une plume de faucon pour établir un lien avec cet animal. Honorer et utiliser toute plume disponible vous aidera à vous aligner sur le monde aviaire.

Il en est ainsi parce que toute plume est en relation avec l'esprit humain et avec ses connexions innées avec le divin. Bien qu'il existe des caractéristiques générales s'appliquant à toutes les plumes, vous devez examiner chaque oiseau particulier et ses plumes pour leurs qualités spécifiques si vous voulez comprendre leur fonction dans les circonstances propres à votre vie. Vous devez notamment étudier leurs caractéristiques et leurs comportements, et en identifier les connexions avec votre existence. Alors que vous faites cela, les forces qui s'expriment à travers cet oiseau et ses plumes vont commencer à se manifester à vous de manière plus active.

C'est alors que vous allez vous mettre à comprendre le processus alchimique qui commence à se développer dans votre vie. L'alchimie est le processus consistant à brûler les scories pour révéler l'or qu'elles dissimulent. Vous allez commencer à voir les changements d'état, les envols vers une plus haute conscience qui s'amorcent. Les oiseaux et les plumes ont souvent été utilisés comme des symboles traditionnels du processus alchimique – en particulier en ce qui concerne la force d'activation. Le lieu ou se trouvent les oiseaux et leurs actions vous aident à déterminer comment ce processus alchimique va se

manifester dans votre vie.

En alchimie, il y a un processus en deux étapes pour produire la distillation, la purification et la condensation d'une substance afin d'extraire son essence la plus pure et la plus authentique. La première passe généralement par la volatilisation, un réchauffement de la matière pour dissiper et faire évaporer ce qui n'est pas « essentiel ». La seconde passe par la précipitation et la condensation, l'extraction de l'essence après que les éléments non essentiels se sont évaporés.

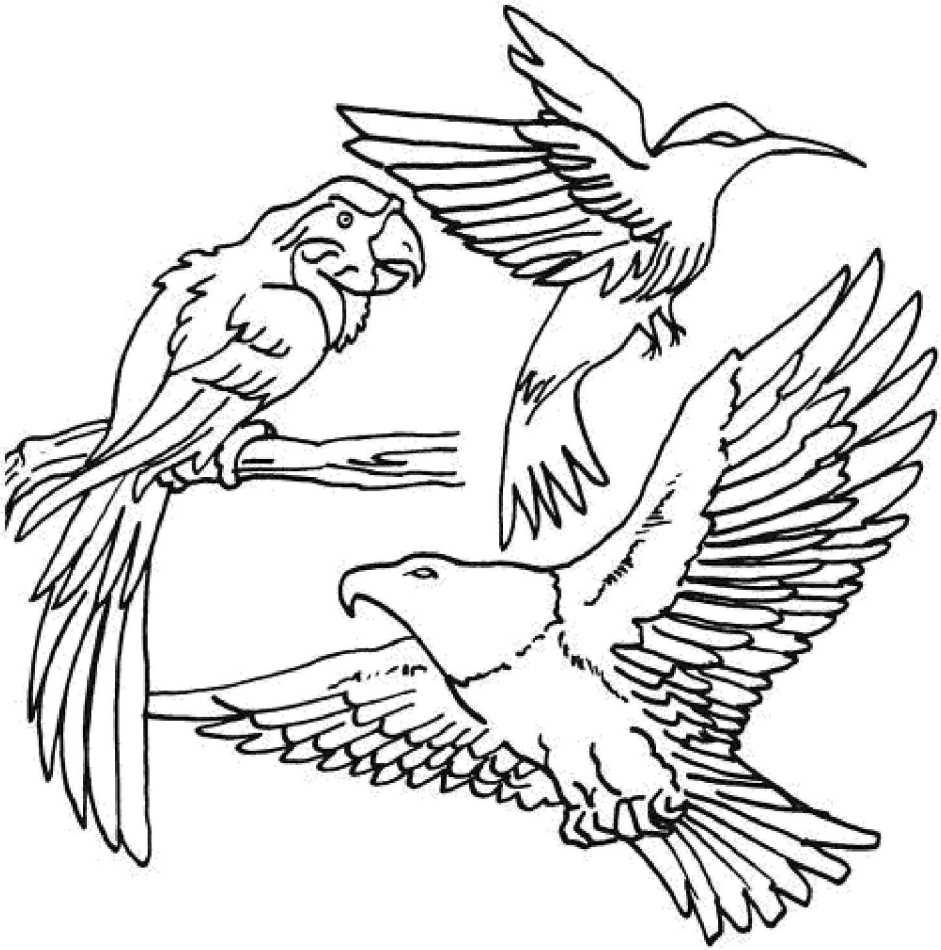
La volatilisation est symbolisée par un oiseau s'envolant vers le ciel et la condensation par un autre oiseau piquant vers le sol. Les couleurs, les comportements et tous les aspects de l'oiseau en général doivent être examinés pour déterminer son véritable pouvoir et comprendre comment il manifeste le processus alchimique dans notre existence. Quels aspects de notre vie cet oiseau totem désigne-t-il comme « non essentiels » et devant être « évaporés » ? Quels autres aspects de notre vie ont besoin d'être condensés et extraits pour développer un plus grand pouvoir et une plus grande magie ?

Les oiseaux sont les symboles primordiaux de l'initiation de l'air. Cette initiation reflète une période au cours de laquelle vous vous ouvrez à une connaissance et à une sagesse plus importantes, avec une aptitude et une opportunité accrues à l'utiliser pour vous élever. Par l'initiation de l'air, on apprend à s'ouvrir totalement aux idées divines ; des idées qui relient la conscience ordinaire à l'universel. Cette initiation traite d'opportunités nouvelles pour développer et manifester les formes d'intuition les plus hautes. Si on ne les développe pas, elles se traduiront dans des formes inférieures du psychisme. L'initiation de l'air est l'ouverture à des mondes situés au-delà du temps et de l'espace physiques.

Par l'initiation, vous apprenez à comprendre et à contrôler les activités de l'esprit. Cette compréhension n'est pas le simple résultat d'une pure accumulation de savoir. Elle se fonde sur une sagesse et une sensibilité plus élevées, nées de la transmutation des perceptions psychiques en intuitions spirituelles.

L'air est ce qui sépare la terre et le ciel. C'est le royaume des

oiseaux, qui se déplacent aisément entre les deux. Par conséquent, l'air et les oiseaux sont un lien entre notre spiritualité et notre conscience physique.



Enchantement ailé

Que ce soit un faucon, un aigle ou un minuscule colibri, tous les oiseaux suscitent un sentiment d'émerveillement et d'enchantement de par leur aptitude à voler. Ils nous rappellent que nous pouvons tous nous élever au-dessus de nos conditions. Ils sont les symboles ultimes de la transcendance.

L'air en mouvement est une force. C'est le vent. Celui-ci et l'aptitude à voler et à s'élever résident à l'intérieur même de

l'esprit. Les oiseaux sont un reflet des énergies archétypales agissant très activement sur l'esprit, tout en nous rappelant qu'il nous faut apprendre à chevaucher ces vents. Ils nous expliquent tout simplement que nous aussi, nous pouvons voler, si nous apprenons à utiliser nos propres ailes, notre inspiration, notre créativité et notre intuition.

L'air est aussi essentiel à la vie. Vous vivez parce que vous respirez et vous respirez l'air. Quel que soit l'air qui vous environne, c'est celui-ci que vous allez drainer en vous. Ainsi, cette initiation de l'air va aussi traduire un nouvel apprentissage dans le contrôle de votre environnement et de votre vie. Votre oiseau totem peut vous enseigner très efficacement à contrôler ce que vous laissez pénétrer dans votre vie.

La force et la maîtrise de soi – associées à un nouveau sens des responsabilités – font également partie de cette initiation. Apprendre à jeter un pont vers de nouvelles dimensions et énergies et s'ouvrir à celles-ci est encore une autre chose que les oiseaux illustrent fréquemment. Ces derniers sont des appels à l'expression créatrice qui vous permettra de vous élever au-dessus de certains éléments de votre vie.

Les oiseaux sont une forme éloignée de l'être humain. Ils sont uniques au sein de la majeure partie du monde animal. Comme les humains, ils se tiennent sur deux pattes (en raison de son aptitude à courir sur deux jambes, l'ours aussi est considéré comme une déclinaison lointaine de l'être humain). Ils ne font pas seulement partie de la Nature et du divin : ils sont aussi des agents des deux. Quand vous commencez à travailler avec les oiseaux et à recevoir d'eux, les mystères tant de la terre que des cieux s'ouvrent à vous. Les oiseaux nous invitent à de nouveaux envols de conscience et de créativité spirituelles. Les prochains chapitres vont vous montrer comment répondre à cette invitation.

La danse de l'aigle

Des costumes et des mouvements sont utilisés pour éveiller la force archétypale sous-tendant différents animaux. Les danses de l'aigle étaient pratiquées par de nombreux peuples. L'aigle est un puissant totem parce qu'il s'envole haut, jusqu'à disparaître à la vue. On croyait qu'il entretenait une relation étroite avec le soleil. On cherche souvent à invoquer son pouvoir dans des pratiques de guérison. Les plumes du costume, conjointement aux mouvements imitant le vol, contribuent à manifester l'énergie de ce totem. Les différentes plumes sont des symboles de différentes qualités d'énergie de l'aigle. Les rémiges, les grandes plumes servant au vol, induisent la force, et les plumes de duvet symbolisent le souffle vital.

CHAPITRE 7

ŒUVRER AVEC LA MÉDECINE DES OISEAUX

Les oiseaux font partie de notre vie quotidienne. La plupart des gens ne prêtent que peu d'attention – pour ne pas dire aucune – à leur présence. Et quand, néanmoins, ils le font, l'essentiel de l'attention exercée dans une perspective spirituelle se concentre sur les oiseaux de proie dont il existe environ 420 espèces différentes[1]. Les rapaces sont souvent considérés comme les aristocrates du monde des oiseaux. Ils ont de longue date été d'éminents symboles d'autorité, magnifiant des sentiments de beauté, de pouvoir et de majesté. Leurs yeux perçants, leurs becs acérés et leurs serres puissantes sont vus comme des marques de pouvoir noble ; ainsi, la plupart des individus n'ont guère de peine à exalter celui-ci à travers les rapaces.

Néanmoins, un examen de la médecine et du pouvoir des

oiseaux ne devrait pas se limiter aux seuls oiseaux de proie. Presque tous les oiseaux ont été l'objet, à un moment ou un autre, d'associations aussi anciennes que symboliques. Les pics-verts étaient des symboles de magie et de rythme. Quant aux corbeaux, ils étaient les porteurs de lumière pour les Indiens athabaskans d'Alaska. Pour les anciens hermétistes, le pélican était l'oiseau de l'autosacrifice, en raison d'un conte populaire qui racontait comment il nourrissait ses petits avec son propre sang jaillissant de sa poitrine transpercée[2]. Les oiseaux ont été des signes et des symboles pour les païens, les chrétiens, les devins, les prophètes et les peuples indigènes du monde entier.

Tous les oiseaux sont régis par l'instinct et le réflexe. Ils sont enclins à réagir automatiquement à tout ce qui se présente à eux. Cela fait partie de leur instinct de survie. Cette même capacité à répondre automatiquement à un niveau instinctif et/ou intuitif est précisément ce que n'importe quel oiseau totem peut vous enseigner. De cette manière, nous allons être en mesure d'utiliser notre intuition innée pour accompagner les courants de notre vie au lieu d'être brinquebalés par eux.

Vous devez faire très attention à toutes les idées fausses sur la majesté et le pouvoir des oiseaux. Si vous voulez vraiment travailler avec la médecine et les énergies associées à cette manifestation de la Nature, vous devez acquérir une grande connaissance des oiseaux en général. C'est la première étape de l'apprentissage du langage animal pour communiquer avec les volatiles.

Les oiseaux ont une constitution unique au sein du monde animal. Si l'idée d'avoir une « cervelle d'oiseau » est synonyme de stupidité, il s'agit là d'un exemple typique de ces idées fausses mentionnées plus haut. Les oiseaux sont de merveilleux instructeurs. Leur cerveau est simplement adapté à leur mode d'existence. Leur conscience est concentrée sur leur processus de vie, un instant après l'autre. Combien d'humains peuvent en dire autant ? Si les hommes avaient la capacité, à l'instar des oiseaux, de se concentrer ainsi sur une chose à la fois, tellement plus de choses pourraient être accomplies.

Le corps des oiseaux est, bien évidemment, conçu pour être léger. C'est essentiel pour voler. Seuls quelques-uns sont incapables de voler – les autruches et les pingouins en étant les principaux exemples. Même les os des oiseaux sont creux et remplis d'air pour favoriser la légèreté et l'envol.

Tout leur métabolisme est accéléré pour se conformer à la légèreté nécessaire au vol. Travailler avec la médecine des oiseaux vous conférera une formidable légèreté d'esprit, si ce n'est de corps. Cette légèreté est une libération de la conscience et elle peut servir à développer l'aptitude à quitter le corps (projection astrale).

Le système digestif des oiseaux est, lui aussi, très rapide. Et il est souvent plus complet que celui des autres animaux. Ceux qui travaillent avec les oiseaux totems peuvent glaner des informations de l'observation de leurs habitudes alimentaires spécifiques pour opérer des changements dans leur propre système digestif. L'élimination – régulière et complète – sera essentielle pour obtenir une semblable légèreté afin de vous envoler dans votre vie. La plupart des oiseaux n'ont aucune structure leur permettant de stocker leurs excréments, ce qui renforce la nécessité d'une élimination complète chez ceux qui travaillent avec des oiseaux totems – particulièrement pour permettre de nouveaux vols.

Grâce à leur métabolisme accéléré, de nombreux oiseaux brûlent la nourriture beaucoup plus rapidement. Ainsi, dans bien des cas, ils doivent manger plus fréquemment, mais en plus petite quantité. Or c'est précisément ce que prônent les nutritionnistes et autres diététiciens d'aujourd'hui : ils recommandent des repas plus fréquents tout au long de la journée mais avec des quantités moindres, ce qu'ils considèrent comme plus sain pour le corps humain que les trois repas traditionnels quotidiens. De nombreux oiseaux se focalisent sur des nourritures à forte teneur énergétique afin de disposer de plus grandes quantités d'énergie disponible et libérable. Ainsi, un colibri « brûle » sa nourriture et donc ses calories à un taux proportionnel à son poids (lui-même approximativement cinquante fois moindre que celui de l'homme) ;

et c'est pour cette raison qu'il est sans arrêt en quête de sucres et de nectars extraits des fleurs et plantes.

Beaucoup d'oiseaux sont capables de se mettre dans un état léthargique qui requiert moins de nourriture. Ils ralentissent la vitesse à laquelle ils vivent. Leur rythme cardiaque baisse. Ils atténuent leur respiration, et même leur température tombe. Par bien des aspects, cet état ressemble à celui d'hibernation que l'on rencontre chez les mammifères. Mais pour les oiseaux, ça leur permet d'aller plus loin avec moins. Ils sont capables d'utiliser toute l'énergie tirée de la nourriture qu'ils ingurgitent.

Les mêmes aptitudes peuvent être développées par ceux qui s'alignent sur leurs oiseaux totems. Examinez les habitudes alimentaires et digestives de vos oiseaux. À mesure que vous allez œuvrer dans ce sens, vous constaterez que votre métabolisme et votre système digestif se mettent à refléter ces mêmes rythmes et schèmes. Si un oiseau entre dans votre vie en qualité de totem, il va refléter le changement de régime alimentaire, de rythme métabolique et de digestion qu'il peut être nécessaire d'introduire pour votre santé et votre croissance. Cela peut aller jusqu'à traduire la nécessité de franchir une nouvelle étape en matière de développement spirituel. Pensez toujours à vous demander : « Qu'est-ce que cet oiseau cherche à m'enseigner ? »

Travailler avec les oiseaux totems peut vous apprendre de nouvelles méthodes de respiration capables d'accélérer ou ralentir votre métabolisme au gré des nécessités. Les oiseaux utilisent l'air et l'oxygène pour agir sur la combustion de nourriture. L'apprentissage de nouvelles techniques de respiration pour tirer davantage d'énergie de votre nourriture et de votre corps fait aussi partie de ce que les oiseaux ont à vous enseigner. Expérimentez de nouveaux modèles de respiration. Étudiez les rythmes respiratoires de vos totems et essayez de les dupliquer ou au moins de les imiter le plus possible. Vous verrez que cela peut être très bénéfique pour toutes ces périodes où vous aurez besoin d'utiliser l'énergie de cet oiseau.

Les oiseaux ne se retrouvent jamais à court d'air. Ils volent

littéralement dedans. Pour gonfler nos poumons, nous contractons notre diaphragme. Quand nous nous relaxons, la cage thoracique reprend sa taille normale et nous expirons. La plupart des oiseaux respirent de la manière inverse. Ils produisent un effort musculaire pour expulser l'air, au lieu de l'aspirer. Et quand ils se détendent, l'air est automatiquement inspiré.

C'est une technique que nous pouvons mettre en œuvre jusqu'à un certain stade. Nous ne pouvons totalement dupliquer le processus, car nous avons une musculature très différente. Les muscles pectoraux d'un oiseau font aussi fonctionner ses poumons. Ce n'est pas le cas des nôtres. Les oiseaux ont également ce que nous pourrions appeler un système de circulation de l'air à sens unique. Ils inspirent et l'air circule dans tout leur corps. De cette manière, ils ont toujours de l'air frais dans les poumons. Pour ceux qui ont des oiseaux totems, c'est très important. Pour votre santé physique et spirituelle, vous devez avoir régulièrement de l'air frais dans les poumons. Exécuter fréquemment à l'extérieur des exercices de respiration profonde sera très régénérant pour vous. Ce sera même extrêmement nécessaire à votre santé en général.

Le contact avec l'air frais est très efficace pour ceux qui ont des oiseaux totems, si cela est lié à une activité. Faire une promenade à l'extérieur vous sera bien plus utile que de rester simplement statique à respirer assis. L'activité respiratoire de l'oiseau la plus puissante intervient en vol, car, alors qu'il anime ses pectoraux (les muscles qui contrôlent les ailes), ses poumons laissent entrer l'air. Entraînez-vous à accélérer et à ralentir votre rythme respiratoire. Mais encore une fois, ne perdez jamais de vue que les humains ne pourront pas dupliquer exactement celui des oiseaux. Le nombre moyen de respirations de l'homme est de seize par minute et, au cours de l'exercice, ce chiffre pourra aller jusqu'à être multiplié par cinq ou six. Un pigeon au repos respire 29 fois par minute et 450 fois en vol.

En travaillant sur la respiration et la relaxation, nous éliminons le stress. Nous constatons aussi que cela diminue les efforts nécessaires pour accomplir les choses que nous faisons dans

notre vie. Un mysticisme très ancien et très puissant est associé au souffle. Le yoga est une discipline qui a enseigné la valeur des différentes techniques de respiration pour emplir le corps de *prana* ou d'énergie. La discipline chinoise du Qi Gong nous apprend à canaliser l'énergie intérieure pour l'extérioriser avec plus de force encore grâce à une respiration correcte. Le taoïsme possède son propre enseignement sur le souffle, la respiration et la santé du corps. Il existe quantité de techniques susceptibles d'être utilisées pour détendre le corps, accroître son énergie, stimuler la fonction cérébrale et résoudre de nombreux problèmes de santé.

Le souffle et l'air sont la vie, et les oiseaux détiennent les secrets des deux, car ils sont leur monde naturel. Nous ne pouvons étudier dans ce livre toutes leurs techniques de respiration, mais vous trouverez dans la bibliographie différentes références qui pourront vous aider à commencer. Rappelez-vous, en tous les cas, que les oiseaux possèdent les secrets du pouvoir du souffle. Plus vous en apprenez sur les oiseaux et votre oiseau totem en particulier, plus vous allez vous accorder avec celui-ci et accéder aux forces archétypales qui se manifestent à travers lui.

Tous les oiseaux, en général, ont une excellente vue. Celle-ci est bien meilleure que celle des humains et leur confère une exceptionnelle capacité à estimer les distances. Cette perspective visuelle fait partie de ce que nos oiseaux totems peuvent nous enseigner. Ils peuvent nous aider à voir plus clairement ce qui se trouve à distance. Ainsi sont-ils de merveilleux outils pour développer des formes supérieures de discernement intuitif.

De nombreux oiseaux ont des yeux de chaque côté de la tête. Cela leur permet de voir simultanément des choses s'approchant de plusieurs directions. Est-ce le cas de votre totem ? Si oui, il peut vous aider à voir dans différentes directions simultanément (y compris les directions temporelles : passé, présent et avenir). D'autres oiseaux ont les deux yeux de face et voient le monde comme nous. L'exemple le plus commun de ce type d'oiseau est la chouette.

Le cou de l'oiseau est très flexible et lui permet d'étendre sa vision de manière plus large encore. Garder le cou libre et flexible

sera essentiel pour tous ceux qui ont un oiseau totem. Des massages et des étirements réguliers amélioreront non seulement votre vision physique mais aussi votre vision intuitive.

La zone du cou a une grande signification symbolique. C'est le point de connexion entre la tête et le tronc – le supérieur et l'inférieur. C'est un pont entre les deux. Le pont est un très vieux symbole associé à l'ouverture de nouveaux mondes ou à la capacité de rejoindre ceux-ci. Il peut refléter la flexibilité de pensée et de perception.

Si un oiseau entre dans votre vie en tant que totem, c'est peut-être parce que vous avez été trop inflexible. Êtes-vous trop rigide ? Avez-vous peur de voir ce qui est devant ou derrière vous ? Refusez-vous de considérer les points de vue de tiers ? Êtes-vous prêt à vous ouvrir à de nouvelles vues ou perspectives ? À de nouveaux mondes ?

Généralement, les oiseaux totems sont aussi des indicateurs d'un regard plus créatif sur le monde et votre vie. De nombreux oiseaux – spécifiquement ceux de proie – ont trois paupières. Ils possèdent une paupière supérieure comme la nôtre. La chouette, en particulier, bouge la sienne quasiment de la même manière que nous, ce qui lui donne une apparence humaine. Les oiseaux peuvent aussi avoir une paupière inférieure. Celle-ci est généralement fermée quand ils dorment. Les faucons et buses ferment les yeux en relevant la paupière inférieure. Mais il existe une troisième paupière appelée la paupière – ou membrane – nictitante[3]. Elle se déplace latéralement pour humidifier et nettoyer la surface de l'œil, et la protéger contre le vent pendant le vol.

Trois est un nombre traditionnel pour évoquer la créativité et une nouvelle naissance. Dès lors qu'il est, comme ici, associé aux yeux, il va exprimer l'idée d'une nouvelle vision ou d'une nouvelle perspective. Méditer quelque peu sur les paupières fera apparaître des idées dynamiques sur les modes d'activation et de manifestation de cette vision dans votre vie.

C'est toujours une bonne idée d'étudier les comportements et schémas types des vols de vos oiseaux totems. Cela vous donnera beaucoup d'informations. Je traiterai des aspects de

cette question dans le prochain chapitre sur la « magie des plumes ». Tous les oiseaux volent fondamentalement de deux manières : 1. en battant des ailes ; 2. en planant. La plupart utilisent une combinaison des deux. Ils se servent aussi des courants d'air naturels pour gagner de la hauteur. Tous ceux qui ont un oiseau totem devraient apprendre à reconnaître et à utiliser les courants naturels dans leur vie. Plus que toute autre chose, cela devrait leur apporter une plus grande réussite. Il y a des moments pour « battre des ailes » et des moments pour « planer ». Plus vous allez découvrir les rythmes naturels de votre oiseau, plus vous allez constater que votre existence adopte aussi ce rythme. Quand cela intervient, vous découvrez que vous dépensez moins d'énergie alors que vous accomplissez davantage.

La migration est une caractéristique de nombreux oiseaux. Elle est simplement le déplacement d'une zone climatique vers une autre en quête de nourriture. Les oiseaux savent quand partir, quelle route emprunter, où se rendre, quand entreprendre le voyage de retour, etc. Ils n'ont pas besoin de suivre des oiseaux plus âgés qui ont déjà fait ce voyage auparavant. Ils sont nés avec, d'une certaine manière, cette route gravée en eux. Quantité de scientifiques sentent qu'il s'agit d'une sorte de connaissance cellulaire qui leur octroie un dispositif inné d'orientation directionnelle et temporelle.

Si vous avez un totem migrateur, étudiez ses schèmes et comportements. Ce totem vous aidera à développer vos propres mécanismes innés directionnels et temporels pour accomplir et vous accomplir plus complètement. Il vous aidera aussi dans vos « migrations » vers les sources de « nourriture » les plus bénéfiques pour vous – qu'il s'agisse de nourritures réelles, d'emplois, d'autres personnes, voire de partenaires affectifs.

Mais certains oiseaux n'ont pas à migrer. Ils ont développé une capacité d'adaptation qui permet leur survie dans leur propre zone climatique. D'autres oiseaux qui ne sont pas considérés comme des migrateurs peuvent néanmoins migrer à l'occasion, ce qui nous encourage à ne jamais trop rester statiques, immobiles. Il ne

faut jamais oublier que la flexibilité est une des choses que les oiseaux peuvent nous enseigner. Les oiseaux de proie, par exemple, ne sont généralement pas vus comme des migrateurs, mais même eux n'hésitent pas à migrer quand c'est nécessaire. Seulement dans la stricte limite du nécessaire.

Tous les oiseaux ont une sensibilité au climat. Avec du temps et de la pratique, vous allez aussi comprendre comment votre oiseau réagit aux changements de temps avant qu'ils n'interviennent réellement. Tout oiseau peut vous enseigner comment reconnaître ces changements de temps, et même comment produire vos propres changements. Naturellement, cela induit une grande responsabilité.

Quand mon père est décédé il y a plusieurs années, mes frères et moi nous sommes rendus en Caroline du Sud pour un service funèbre particulier avant de ramener le corps à Dayton, dans l'Ohio, pour son inhumation. La nuit de l'office, la météo a brutalement viré à l'exécrable, avec du grésil et de la glace. Tout le monde avait peur du verglas – les avions étant à oublier – et d'autres risques potentiels à l'heure où nous allions devoir filer vers Dayton, le lendemain matin. J'ai essayé de dire à tous de ne pas s'inquiéter, que tout allait bien se passer. Mais naturellement, personne n'écouta.

Cette nuit-là, je fis une méditation particulière que j'avais déjà utilisée par le passé pour déplacer l'axe d'un problème climatique hors de l'itinéraire prévu. Même si je n'utilise pas souvent cet exercice, je sais qu'il est très efficace. Il intègre mes oiseaux totems et d'autres paramètres. Je ne l'ai pas pratiqué souvent, parce que j'ai découvert au cours du temps que déplacer les conditions météo d'un endroit les envoyait tout naturellement ailleurs. Une responsabilité très sérieuse est donc attachée à cette pratique. Mais cette nuit-là, j'avais attrapé un rhume. J'étais fatigué, pour ne pas dire épuisé, donc je n'étais pas aussi précautionneux que j'aurais dû l'être. Et au lieu de dissiper les conditions climatiques, ce qui requiert plus d'efforts, je me suis contenté de les écarter de la route que, selon moi, les uns et les autres allaient prendre pour gagner Dayton.

Le lendemain matin, les routes étaient effectivement dégagées. Seul un espace légèrement glissant fut rencontré, et encore la glace fondait-elle largement au moment où on l'a atteint. Mais bien qu'elles étaient annoncées, il n'y avait ni neige ni pluie. À midi, les nuages s'écartèrent et le soleil se mit même à briller.

Quand mes frères et moi atteignîmes Dayton, nous fûmes informés que l'avion de notre mère avait été bloqué par la neige. Elle et notre sœur revenaient avec le corps de notre père pour les funérailles et l'inhumation à Dayton. Je pris conscience qu'elle n'avait pas décollé de l'aéroport que j'imaginais. Au contraire, son vol était parti d'un aéroport qui se trouvait directement dans la zone vers laquelle j'avais repoussé le mauvais temps. À ce moment-là, on estimait que l'avion n'allait pas être en mesure de décoller avant le lendemain, ce qui ne manquerait pas de transformer l'organisation des funérailles en chaos.

De toute évidence, il me fallait au plus vite opérer quelques actions correctives. C'est ce que je fis et les vols purent reprendre un peu plus tard dans la journée. Cela ne fit que me convaincre, une nouvelle fois, qu'il faut se montrer extrêmement prudent quand on manipule ces forces naturelles. Leurs énergies sont très puissantes et on peut donc accomplir beaucoup de choses grâce à elles, mais cela implique une très grande responsabilité. Il est trop facile d'engendrer de sérieux problèmes. Si je n'avais pas travaillé avec mes totems depuis fort longtemps et si je n'avais pas su comment accéder à leurs énergies spécifiques, rien de tout cela n'aurait pu s'accomplir. Avec de la pratique et de la persévérance, les oiseaux peuvent enseigner de grandes merveilles.

Plus vous étudiez les caractéristiques générales ou particulières de votre totem, plus vous allez comprendre son langage. Ainsi, vous allez savoir ce qu'il vous dit sur vous et votre vie. Dès que vous commencez à repérer les correspondances les plus évidentes, celles qui sont plus subtiles vont aussi vous apparaître plus facilement. Le reste de ce chapitre va vous donner les bases pour comprendre vraiment ce que les oiseaux vous disent : sur vous et sur votre vie.

EXERCICES POUR COMPRENDRE LE LANGAGE DES OISEAUX

Les oiseaux sont souvent vus comme des signes, des augures, des objets de vénération et même des annonciateurs de la météo. Ils communiquent avec tous ceux qui apprennent à les écouter de manière appropriée. Mais, en se fondant sur une solide connaissance, chaque personne doit surtout apprendre à sentir comment la parole vraie de la communication des oiseaux se traduit dans sa propre vie. Les informations viennent à nous par l'intermédiaire de la Nature et de toutes ses créatures. Le corps et l'esprit savent et sentent que ce que nous voyons a une signification. Le vol de l'oiseau et sa direction ne sont pas fortuits ni dénués de sens. Le moment du vol, l'endroit où l'oiseau apparaît, les réactions des autres oiseaux et animaux vis-à-vis de celui-ci sont autant de messages riches de significations pour nous. La Nature reflète le divin dans le monde physique. Les animaux dans la Nature sont les ombres de ces reflets.

Exercice 1 : Commencer la journée

Walt Whitman a écrit :

Il y avait un enfant qui sortait chaque jour

Et le premier objet qu'il regardait, il devenait cet objet.

Et cet objet devenait une partie de lui-même pour la journée ou une partie de celle-ci,

Ou pour des années ou des cycles entiers d'années[4]…

C'est la même idée que nous utilisons pour entamer la communication avec le monde des oiseaux. La capacité à sentir ce qui nous est dit ne réclame pas de grands efforts si nous la fondons sur une solide base de connaissances. Elle demande simplement de se détendre en s'abandonnant à une profonde conscience et un plein sens de soi. Les exercices de ce livre visent précisément à vous permettre de développer cette aptitude. Mais ne vous précipitez pas. Laissez-la se déployer

naturellement.

Commencez la première étape dès votre réveil. Accordez-vous quelques instants. Détendez-vous et apaisez votre esprit. Visualisez-vous en train de faire quelques pas dehors, salué par la Nature sous la forme d'une rencontre avec un oiseau. Demandez mentalement que cet oiseau – quel qu'il soit – soit porteur du message le plus signifiant pour votre journée. Toujours mentalement, projetez l'idée selon laquelle il devra refléter le type de journée que vous allez vivre.

Visualisez tout cela avec le maximum de détails. Ne vous souciez pas que tout puisse être ou non le produit de votre imagination. Et n'ayez pas davantage peur que cette visualisation engendre quelque superstition. Ce n'est qu'un exercice d'ouverture de porte. Il n'a pour but que de vous permettre de commencer à observer la Nature comme une source d'information sur vous et votre vie, et à réagir à ces influx. Rappelez-vous que les oiseaux sont associés aux activités mentales, donc que les pensées vont être attrapées par les oiseaux totems qui ont une signification pour vous.

Identifier la manière dont vous voulez que la Nature vous réponde est un état d'esprit que vous devez acquérir. Avant de « sortir » mentalement, prenez du temps au cours de votre méditation pour déterminer comment vous désirez qu'un message vous parvienne. Si l'oiseau arrive sur votre droite, que souhaitez-vous que cela traduise ? Et si c'est sur la gauche ? Ou au Nord ? Ou au Sud ? À l'Est ? À l'Ouest ? Qu'est-ce que cela soulignera s'il s'envole vers le ciel ? Ou s'il plonge vers le sol ? Sachez au préalable ce que ces circonstances vont signifier, selon vous. Vous n'avez pas besoin de les garder à l'esprit. Plus votre relation avec les oiseaux va croître, plus votre communication va se renforcer.

Comme je l'ai mentionné plus haut, prêter attention à la direction du vol est une méthode séculaire d'écoute de la Nature. Selon la croyance populaire, si un oiseau s'envolait vers la droite avant un voyage, cela voulait dire que tout allait bien se passer. S'il partait vers la gauche, il valait mieux rester chez soi. J'ai déjà

signalé combien j'ai développé une aptitude à comprendre ce que les postures et activités de certains faucons indiquaient généralement au cours de mes déplacements. C'est quelque chose que vous pouvez vous aussi acquérir dès maintenant.

Prenez un petit moment dans la journée pour développer cet état d'esprit et envoyer à la Nature un message lui indiquant que vous êtes prêt à recevoir. Vous vous programmez par-là à approfondir vos propres réponses à la Nature et à ses formes variées d'expression. Vous posez les fondements de la communication. Vous invitez la Nature à répondre selon des modes très discernables et spécifiques, de manière que vous puissiez comprendre ses messages plus efficacement. Faites cela approximativement cinq minutes chaque matin pendant une semaine environ avant de passer à l'étape suivante.

Après une semaine de méditations préparatoires, il est temps d'aller plus loin. Répétez votre visualisation, en demandant à la Nature qu'elle vous envoie un signe, par l'intermédiaire d'un oiseau, indiquant comment va se passer votre journée. Repassez dans votre esprit ce que les différentes hypothèses d'apparition peuvent traduire.

Puis, cette fois, sortez réellement dehors et respirez profondément l'air du matin. Prenez un siège – asseyez-vous en tous les cas – et relaxez-vous. Écoutez et observez. Quels oiseaux entendez-vous ou voyez-vous ? Et s'il y en a plusieurs, lequel se distingue plus particulièrement pour vous ? Que ressentez-vous à son contact ? À votre avis, quel genre de journée à venir ce ressenti annonce-t-il ? Si vous voyez l'oiseau, est-il en vol ou posé ? Selon son activité, vous semble-t-il indiquer un jour pour s'envoler et chanter, ou une journée pour rester au travail ?

Vous n'avez nul besoin de vous préoccuper de la précision de ce que vous rencontrez. Initialement, les interprétations pourront ne pas être explicites, mais elles le deviendront à mesure de votre pratique. N'oubliez pas que vous n'avez probablement pas écouté la Nature depuis votre naissance. De ce fait, il ne vous sera sans doute pas possible d'établir des communications aussi

immédiates que précises.

Notez les qualités et caractéristiques essentielles de l'oiseau. Observez sa couleur. Rien que ce détail sera très révélateur. Quand vous voyez des oiseaux, sont-ils seuls ou en groupes ? Et dans ce dernier cas, quel est leur nombre ? Rappelez-vous que les nombres ont une grande signification. Dans quel environnement apercevez-vous ces oiseaux ? S'agit-il d'un oiseau noctambule (un oiseau de nuit) ou diurne (actif de jour) ?

Qu'est-ce que tous ces éléments paraissent dire de votre journée à venir ? Faites confiance à vos premières impressions. Ce n'est que la première étape. Puis remerciez l'oiseau et tout ce qui participe de la Nature pour leur présence dans votre vie. Vous pouvez le faire aussi bien mentalement que sous la forme d'une action, comme une prière ou une offrande de graines.

Puis retournez à vos activités quotidiennes. De temps en temps, vous penserez à faire une pause pour regarder dehors. L'oiseau se remontre-t-il pour renforcer le message ? Êtes-vous en mesure d'identifier ce que votre expérience du matin a reflété de ce qui s'est passé jusque-là dans votre journée ? À la fin de cette dernière, repassez-la en revue. Dans quelle mesure l'oiseau a-t-il ou non traduit ce qui s'est réellement passé ? Comment le message aurait-il pu être plus clair ? Si vous persévérez, en moins d'un mois, vous verrez à quel point les oiseaux fournissent un excellent baromètre des journées à vivre.

LES QUALITÉS SYMBOLIQUES DES OISEAUX

Aigle = capacité à atteindre le zénith ; grande perception ; pont entre les mondes.

Bouvreuil, pinson = nouvelles expériences et rencontres ; large spectre ; solstice d'été.

Canard = le « maternel » ; la grâce, le réconfort ; la protection.

Canari = pouvoir curatif du son ; sensibilité accrue.

Cigogne = relation avec l'humanité ; connexion avec les

émotions ; eau ; processus de naissance.

Chouette, hibou = sagesse silencieuse et vision nocturne ; pouvoirs de guérison ; magie.

Corbeau = pouvoir de métamorphose ; messager ou présage ; fusion de l'humain et de l'animal.

Corneille = intelligence ; vigilance ; magie ; connexions avec la vie passée.

Cygne = sensibilité ; émotion ; rêverie ; mysticisme ; longévité.

Dinde = connexion spirituelle avec la terre mère ; bénédictions partagées.

Étourneau/Sansonnet = sociabilité ; communiquer sur la diversité ; énergie.

Faucon, buse = force de vie primordiale ; accomplissement ; équinoxes de printemps et d'automne.

Gros-bec = traitement de vieilles blessures ; valeurs familiales ; signification des vies passées.

Jardinier = potentiel de communication ; nouvelles leçons ou opportunités.

Loriot = énergie positive ; reconnexion avec le soleil intérieur ; esprits de la nature. Martin-pêcheur = jours heureux ; paix et prospérité ; lien avec le nord ; le bleu.

Martinet = énergies féminines et psychiques ; rapidité et agilité.

Merlebleu = joie et accomplissement ; couleur du Nord ou de l'Est.

Merle noir = présages, signes et mysticisme ; couleur de peur et de promesse.

Mésange = le nombre sacré est 7 ; chercheur de vérité et de connaissance.

Oie = art de la narration (*storytelling*) ; fertilité et fidélité ; symbole du 8 et de l'infini.

Paon = sagesse et vision ; ostentation ; protection et puissance.

Pélican = autosacrifice ; pas dans la concurrence ; flottabilité ; se placer au-dessus des épreuves

Pie = connaissance occulte ; porte vers de nouveaux mondes ; la ruse et la détermination.

Pic = prophète du climat ; battements de tambour dans/vers d'autres dimensions.

Pigeon = amour et sécurité du logis ; fertilité ; énergies archétypales.

Plongeon = réalisation des rêves ; chants obsédants et inquiétants ; imagination.

Rouge-gorge/merle d'Amérique = nouvelle croissance ; territoire ; lien de la couleur avec le centre de la gorge.

Sittelle = application de la sagesse dans le monde naturel ; enracinement ; l'éthérique.

Sturnelle = gaîté ; sublimation ; voyage intérieur ; lien avec la lune.

Vautour = purification ; vigilance infinie ; gardien des mystères.

Exercice 2 : Le pouvoir de l'imitation

Tout ce qui se trouve dans la Nature est en résonance avec la force de l'esprit divin. Chaque animal, chaque plante, chaque oiseau ou pierre reflète cet esprit à sa manière. Plus vous êtes capables de vous aligner sur lui et de créer votre propre résonance, plus il vous est facile de comprendre ce que dit la nature.

De tout temps, l'un des moyens les plus courants et efficaces de s'harmoniser avec la Nature fut l'imitation de celle-ci. Les individus adoptaient des postures et des mouvements des animaux qu'ils incorporaient souvent à des danses sacrées. Par la danse et le port d'un costume représentant l'animal, la personne pouvait endosser l'identité du totem.

Chaque animal a ses propres mouvements et postures. Les costumes et les mouvements peuvent être utilisés pour éveiller la force archétypale se trouvant derrière les différents animaux. Un

homme peut se tapir comme un lion, se mouvoir lentement comme une tortue, sautiller comme un oiseau. Une chouette effraie va souvent se balancer d'un côté à l'autre pour localiser une proie par la vue et l'ouïe. Les grands-ducs claquent leurs becs l'un contre l'autre en signe d'avertissement. En s'élevant, les vautours font face au soleil et étendent leurs ailes.

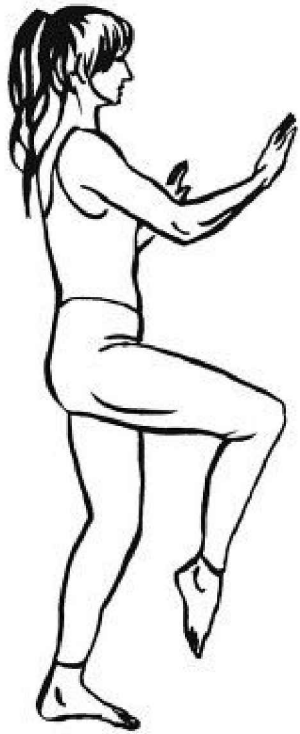
Adopter les mouvements et l'apparence de votre animal totem est un moyen de vous reconnecter à l'essence de celui-ci et à l'esprit se manifestant à travers lui. Cela vous aidera à métamorphoser votre conscience normale en une perception et une conscience plus puissantes de cette expression particulière de la Nature. Examinez certaines sciences orientales comme le yoga, le taoïsme ou le *kung-fu*. Elles regorgent de mouvements reproduisant ceux des animaux. Ceux-ci vont stimuler des concepts que vous pouvez imiter et utiliser efficacement pour vous aligner sur votre animal totem.

Dénichez des ouvrages et des vidéos sur les comportements des animaux et des oiseaux, et étudiez leurs postures et leurs mouvements. Rendez-vous dans des zoos ou des parcs naturels et observez comment ils se tiennent et se déplacent. Comment tiennent-ils leur tête ? Comment placent-ils leurs pattes quand ils marchent ? Puis, quand vous rentrez chez vous, efforcez-vous de les imiter. Voyez ça comme une forme de danse qui rend hommage à votre totem et invoquez son énergie pour qu'elle infuse plus dynamiquement votre vie.

Fabriquez des masques et des costumes représentant votre totem. Les masques ont été utilisés dans la plupart des sociétés pour permettre de pénétrer dans d'autres mondes. Ils facilitent la création d'illusions et la connexion avec le surnaturel. Ils peuvent être des instruments actifs pour manifester l'énergie associée à l'animal qu'ils incarnent. Le cadre de ce livre ne permet pas de traiter pleinement ce vaste sujet, mais vous pourrez consulter mon précédent ouvrage, *Magical Dance. An Introduction to Ritual Movement* (*La Danse magique. Une introduction au mouvement rituel*, inédit en français).

La plupart des anciennes danses sacrées animalières ont été

élaborées selon ce principe. Il s'agissait simplement d'une imitation des formes et postures animales. Créez votre propre ensemble d'ailes et pratiquez le vol à votre façon. Prenez du plaisir. Tous les animaux – y compris les oiseaux – adorent jouer.



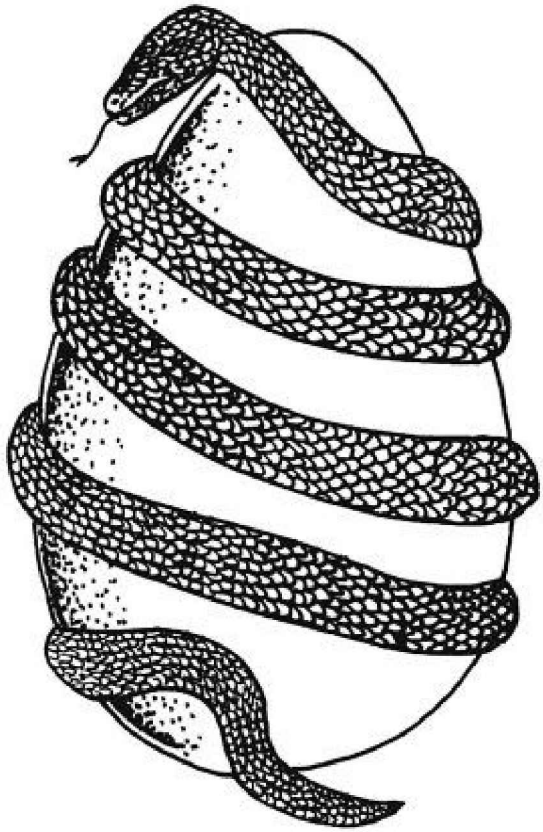
Posture de la grue

La grue est un symbole dynamique d'élégance et d'équilibre quand on travaille entre les mondes physique et spirituel. Pratiquer sa posture et ses mouvements va vous aider à ouvrir d'autres dimensions et mondes avec force et équilibre. Elle peut ouvrir les royaumes des cieux supérieurs ou ceux des âmes qui ont quitté la vie physique.

Exercice 3 : Œufs, nids et divination

La divination a toujours été un des moyens de développer une compréhension plus intuitive du langage des oiseaux. Les œufs et les nids ont souvent été des outils permettant d'effectuer un tel travail. L'oomancie[5] est la science traditionnelle de la divination par les œufs. Une branche de celle-ci, l'ooscopie, servait à déterminer le sexe d'un enfant à naître. Une femme enceinte devait simplement garder un œuf entre ses seins jusqu'à ce qu'il éclose. Puis, en fonction du sexe du poussin, elle pouvait

déterminer celui de son enfant[6].



Le serpent et l'œuf

Souvent considérée comme une variante de l'œuf orphique (ou œuf cosmique), cette représentation est un des plus anciens symboles de fertilité et de nouvelle naissance. L'œuf est le féminin, le serpent le masculin. Ensemble, ils créent une nouvelle naissance.

Il a toujours existé un grand mysticisme attaché aux œufs. Le dieu égyptien Ra est né d'un œuf. Dans la tradition hindoue, Brahma naît d'un œuf cosmique d'or (Hiranyagarbha). En Chine, Pangu (P'an Ku), le premier être, émergea lui aussi d'un œuf cosmique (ou œuf du monde). Dans la tradition grecque, l'œuf orphique – l'œuf cosmique primordial – était la forme de l'univers tout entier. On trouve le symbole archaïque de l'œuf et du serpent

dans de nombreuses sociétés (voir l'illustration de la page ci-contre).

L'œuf est un très ancien symbole de fertilité et de nouvelle naissance. C'est un symbole de résurrection et il a même été utilisé comme talisman contre le mal. Dans les hiéroglyphes égyptiens, l'œuf représente fréquemment la potentialité. L'œuf de vos oiseaux totems peut vous en dire beaucoup sur les possibilités qui s'offrent à vous et la période où celles-ci vont commencer à se manifester. Les modèles, couleurs et formes des œufs de vos totems sont des indices concernant ce qui est sur le point d'apparaître – de « naître » – dans votre vie.

Examiner les modes de reproduction de vos oiseaux devrait être l'une des premières choses à accomplir en découvrant vos totems. Cela peut vous fournir quantité d'informations :

— la saison au cours de laquelle ils s'accouplent et pondent le plus généralement leurs œufs peut vous dire quand vos potentiels risquent d'être les plus notables ;

— le nombre d'œufs ordinairement pondus par vos oiseaux vous indiquera combien de voies vos nouveaux potentiels risquent d'emprunter pour se manifester ;

— la durée de gestation avant l'éclosion vous donnera une idée du temps de préparation nécessaire pour comprendre le langage de vos totems et leur impact probable sur votre vie ;

— le temps qu'il faut à un oisillon, à partir de son éclosion, pour devenir un oiseau adulte peut aussi vous dire combien de temps s'écoulera avant que les énergies associées à votre totem se manifestent pleinement dans votre vie.

Les habitudes de nidification de vos totems peuvent aussi refléter les méthodes les plus efficaces pour construire votre propre logis. Cela peut révéler la meilleure manière d'utiliser les nouvelles énergies associées à votre oiseau. La taille du nid, sa construction et sa localisation habituelle peuvent avoir une signification pour vous et votre vie.

Étudiez la manière dont votre oiseau construit, développe et

utilise ses nids. Certains oiseaux, comme la corneille, construisent toujours leurs nids très haut dans les plus grands arbres, pour avoir la plus large vue possible sur les alentours. Certains se font un nouveau nid chaque année. D'autres se contentent de compléter ou réparer l'existant. Votre totem peut donc vous aider à trouver la localisation idéale et le type de votre demeure.

Exercice 4 : Envols du mental

Cet exercice est une méditation pour vous aider à vous éveiller au pouvoir et à la majesté des oiseaux, et aux forces archétypales qui se manifestent par leur intermédiaire. Il peut renforcer votre connexion avec votre oiseau totem et même vous révéler quel oiseau est véritablement votre totem de vie. On peut l'utiliser conjointement à n'importe quel autre exercice de ce livre sans que cela interfère avec leurs impacts respectifs ou que cela les amenuise.

Le symbolisme utilisé dans cet exercice est conçu pour créer un déplacement dans votre conscience vers ce niveau de l'esprit qui peut comprendre et répondre au pouvoir réel et symbolique des oiseaux et à leur milieu primordial, l'élément air. L'exercice va éveiller en vous la capacité d'invoquer la force archétypale des oiseaux et leurs manifestations physiques véritables. Peu après avoir pratiqué cet exercice, il n'est pas rare de rencontrer dans le monde réel l'oiseau qui est notre totem. C'est toujours une formidable confirmation.

Avec de la pratique, cet exercice peut se transformer en un authentique périple chamanique. Il peut être amplifié par la création et le port de masques et/ou de costumes d'oiseau. Plus vous réaliserez cet exercice, plus vous constaterez une aptitude accrue à quitter votre corps et à voler autour de l'univers comme un oiseau.

Cette aptitude est un trait commun de la plupart des vrais chamanes. Ceux de Sibérie portaient souvent des costumes d'oiseau et de nombreuses communautés chamaniques utilisaient des bâtons avec une tête d'oiseau sculptée à son sommet pour

représenter le pèlerinage, un vol très évocateur. Ce type de bâton – telles les baguettes ou autres instruments de prière favorisant les voyages de l'esprit – sera exploré en détail dans le prochain chapitre. C'est un objet qu'il faudra que vous envisagiez de vous fabriquer à un moment donné, lorsque vous aurez développé une relation encore plus intense avec votre oiseau totem.

1. Avant de commencer votre exercice, assurez-vous de ne pas pouvoir être dérangé. Décrochez le téléphone ou éteignez-le. Mettez-vous à l'aise. Vous pouvez soit rester assis, soit vous allonger, selon ce qui vous convient le mieux.
2. Si vous avez créé un masque ou un costume d'oiseau, vous pouvez le revêtir. Si vous avez des plumes, disposez-les autour de vous, tenez-les à la main ou plantez-les dans vos cheveux. Rappelez-vous que vous pouvez vous servir des plumes de n'importe quel oiseau pour vous connecter à l'essence de n'importe quel autre.
3. Si vous avez un tambour ou un hochet, n'hésitez pas à l'utiliser. Le rythme doit être lent et régulier. Cinq minutes de battement rythmique lent seront très bénéfiques pour vous aider à harmoniser votre rythme et à atteindre un niveau de conscience qui facilitera la visualisation suivante. Ne vous souciez pas de garder le rythme d'un bout à l'autre de l'exercice. Si vous vous arrêtez au milieu, tout va bien. Il aura rempli son objectif jusqu'à ce stade de l'exercice.
4. Respirez profondément et si vous ne vous sentez pas détendu, commencez par un exercice de relaxation progressive. Envoyez des sensations chaudes et apaisantes dans toutes les parties de votre corps. Prenez votre temps pour faire cela. Plus vous serez détendu, plus l'énergie que vous ressentirez sera efficace.

Les masques et costumes d'oiseau : un masque coiffe à tête d'aigle

Créer vos propres masques et costumes d'oiseau peut être très simple et peu onéreux. C'est une merveilleuse façon de s'harmoniser avec son oiseau totem. Vous pouvez même concevoir des danses plaisantes où vous les porterez. C'est très dynamisant et, simultanément, vous honorez l'essence de l'oiseau en l'intégrant dans votre vie encore plus activement.

5. Laissez vos yeux se fermer et respirez profondément. Sentez le souffle emplir vos poumons et détendre le corps et l'esprit. À mesure que vous vous relaxez et respirez, vous sentez un petit souffle d'air frais sur votre visage. Il est doux et stimulant et, dans votre esprit, vous commencez à voir une image se former.

   Vous vous retrouvez dans une prairie verte. Sous votre corps, l'herbe est douce et grasse. L'air lui-même paraît scintiller de mille poussières de soleil. En regardant autour de vous, vous constatez que la prairie se trouve sur un plateau au bord d'une énorme montagne. Au-dessus de vous, à distance, la crête est cachée à vos yeux par de subtiles langues de brume. En baissant les yeux, vous apercevez en bas la ville où vous vivez et, en particulier, votre maison.

De nouveau, vous sentez le contact d'une douce brise. Puis une ombre passe devant vous et obstrue momentanément la lumière du soleil. Elle disparaît alors, avant de revenir. Sur le sol de la prairie, vous voyez l'ombre de ce qui apparaît comme un grand oiseau. Chaque fois que l'ombre passe au-dessus de vous, vous sentez la petite brise, comme si vous étiez éventé par des ailes puissantes mais délicates.

Vous levez les yeux vers le ciel. Au moment où vous voyez cet oiseau géant, il fond sur vous et vous attrape dans ses serres. Il ne vous fait pas mal, mais vous tient fermement et fortement.

Vous vous sentez soulevé et enveloppé de rafales de vent, alors que battent les ailes puissantes. En regardant la prairie en dessous de vous, vous voyez son herbe grasse agitée par les courants d'air provoqués par les battements d'ailes de cet oiseau. Pendant un moment, vous avez l'impression que les ondulations sont autant d'au revoir que l'herbe vous adresse.

Vous vous voyez soulevé de plus en plus haut alors que l'oiseau vous emporte vers le sommet de la montagne. L'air devient de plus en plus frais, sans que cela soit inconfortable. Il est revitalisant. Vous vous retrouvez au milieu des langues de brume alors que vous vous élevez et, bientôt, ces nuées elles-mêmes se retrouvent derrière vous.

Puis les battements d'ailes s'arrêtent et l'oiseau se met à planer dans les courants d'air. Il glisse silencieusement et doucement. En dessous de vous, vous apercevez un énorme nid au sommet d'un arbre monumental à la crête même de la montagne. Vous vous sentez pris d'un léger vertige du fait de la pureté de l'air et du majestueux vol planant de cet oiseau magnifique. Lentement, il descend en larges cercles vers le nid.

Alors que vous approchez de l'objectif, vous retenez votre souffle, de peur de vous poser un peu trop durement. Puis, dans un soudain et puissant battement d'ailes, l'oiseau s'immobilise juste au-dessus du nid et vous dépose dedans doucement. Alors il reprend de l'essor dans un grand

claquement d'ailes et repart planer loin au-delà de votre vue.

Vous êtes là, dans ce nid, au sommet de cette grande montagne, et vous êtes certain d'être même au sommet du monde. Vous vous déplacez précautionneusement vers le bord du nid pour regarder en bas. La vue est vertigineuse et vous fait battre en retraite. L'air est clair et frais. Un vent fort vous enveloppe. Vous respirez profondément. Ce faisant, vous commencez à entendre de subtils murmures dans le vent. C'est comme si des chœurs très doux vous parlaient. À chacune de vos respirations, les voix deviennent plus distinctes.

« Sans air, il ne pourrait y avoir de vie. Vous ne pourriez pas exister – comme toute autre chose sur la planète. Là où il y a de l'espace, il y a de l'air. Vous respirez dans l'air. Vous vous déplacez dans l'air. Vous utilisez de l'air chaque fois que vous parlez ou pensez.

Vous êtes affecté par l'air ou l'atmosphère auquel vous êtes exposé. Vous laissez des traces de votre être dans l'air où que vous alliez. Les mots que vous prononcez, les pensées que vous avez et les attitudes que vous adoptez ont un effet sur l'atmosphère.

En apprenant à vous harmoniser avec l'élément air – par l'intermédiaire des créatures les plus actives en son sein –, vous devenez plus sensible à toutes les atmosphères dans lesquelles vous pouvez pénétrer. Vous apprenez à reconnaître les environnements à éviter, les personnes susceptibles de causer des problèmes et tout ce qui – êtres et/ou choses – peut vous être bénéfique. Vous allez aussi apprendre à modifier les courants de votre vie à l'aide d'un simple mot, d'un son, d'une pensée ou d'un souffle, car tous volent sur les ailes. »

De nouveau, vous vous déplacez vers le bord du nid et regardez vers l'horizon. Vous respirez encore profondément et sentez l'air circuler dans votre corps et vos organes. Chacune de vos cellules semble respirer et, chaque fois que vous inspirez, vous vous sentez de plus en plus léger. Vous commencez à « voir » l'air que vous respirez, sous la forme

de spirales cristallines et d'ondes d'énergie qui renforcent et ravivent votre corps. C'est comme si un million d'ailes de lumière flottaient autour de vous.

Chaque respiration remplit votre esprit et votre corps d'une sensation nouvelle de joie et d'émerveillement. Bientôt, vous comprenez que vous ne respirez plus, mais, plutôt, que vous êtes respiré. Vous vous tenez au bord de la falaise, sentant les courants d'air qui soufflent autour de vous. Vous avez l'impression d'être de plus en plus léger. Vous étendez les bras comme un aigle déploie ses ailes pour capturer l'air afin de planer. Vous commencez à comprendre ce qu'a toujours éprouvé un oiseau au moment de quitter la terre.

Les bras étendus, vous vous jetez hors du nid. Vous tombez un instant, mais les courants vous saisissent et vous soulèvent. Vous vous mettez à planer. Vous vous voyez et vous sentez oiseau ; un oiseau avec de grandes ailes de lumière. Laissez-vous plonger et apprenez à utiliser les courants. Chevauchez le vent. Planez avec les courants d'air, mais pas contre eux.

Alors que vous vous relaxez dans l'air, vous constatez que vous avez amorcé une lente et douce descente. Depuis ce point de vue, vous englobez le monde entier. Vous voyez tout sous un nouvel angle. Tout vous paraît nouveau. Lentement et doucement, les courants vous entraînent vers le bas. Vous planez à travers les nuages. Puis vous repérez la prairie en dessous de vous. Au milieu de celle-ci, il y a un arbre vers lequel vous paraissez descendre. Lentement, doucement, les courants vous portent vers le sol. Délicatement, vous tendez la main et touchez l'arbre. Il vous stabilise et vous aide à contrôler votre descente afin de vous permettre de vous poser fermement et gracieusement dans l'herbe grasse.

Vous êtes envahi par une sensation d'émerveillement et vous relevez les yeux vers la montagne. Vous sondez le ciel en quête de l'oiseau pour qu'il vous remonte vers le sommet. Mais le ciel est vide. Déçu, vous redéplacez votre attention et vous voyez soudain que l'arbre a disparu.

À sa place, il y a un bâton de bois. Sa tête est sculptée en

forme d'oiseau et il est décoré de plumes d'oiseaux spécifiques – ceux qui vous ont toujours fasciné et vous ont environné tout au long de votre vie. Alors, vous commencez à comprendre. C'est votre bâton de voyage. Grâce à lui, vous allez apprendre à inviter les oiseaux dans votre vie. Il va devenir l'arbre à partir duquel vous allez aussi apprendre à voler. C'est lui qui va vous aider dans vos futurs vols mentaux.

Vous prenez le bâton à deux mains. Vous le levez vers le ciel et adressez un remerciement. En réponse, une douce brise vous caresse et vous traverse. Vous fermez les yeux et savourez la promesse qu'il incarne. Vous respirez profondément son essence et faites le vœu d'honorer toutes les créatures ailées.

Les oiseaux et le monde des fées

De nombreuses fées et autres esprits de l'air viennent visiter les humains sous la forme d'oiseaux ou de créatures ailées. Quand on les voit sous leur véritable forme, ils sont très beaux et délicats.

CHAPITRE 8

LE MYSTÈRE DES PLUMES ET DU VOL

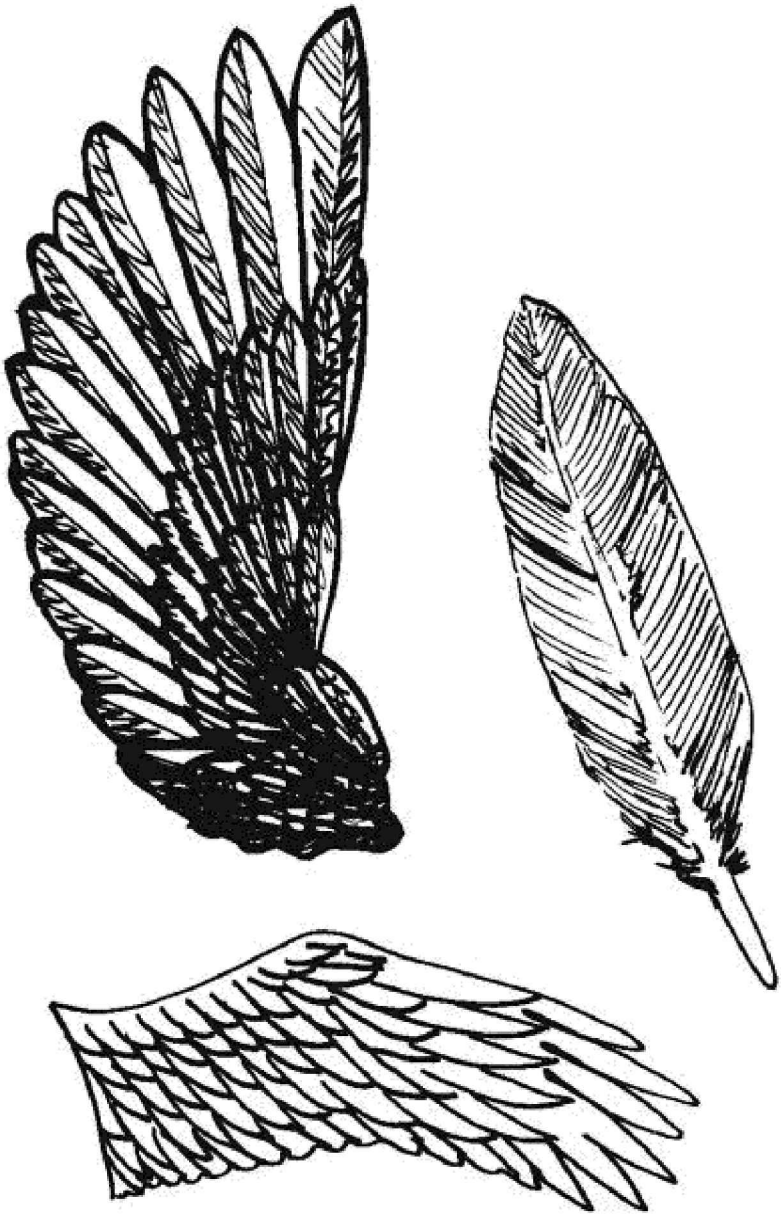
Les plumes fascinent les humains. Nous adorons en tenir, les agiter dans l'air, caresser nos joues avec elles et même en garnir nos literies. Donnez une plume à un enfant et il se mettra à jouer à être un oiseau en vol. Nous sommes tous fascinés par la capacité de l'oiseau à voler grâce à quelque chose de si fragile et pourtant si puissant. Les hommes envient aux oiseaux cette aptitude à voler. Et nous savons que ce don est lié aux plumes.

Les plumes sont des symboles de l'élévation au-dessus du monde terrestre ou de l'affranchissement de la gravitation de ce même monde. Ce sont aussi des symboles d'équilibre et des symboles du vent. Elles ont traditionnellement servi à représenter les dieux et déesses créateurs – ceux qui insufflent la vie dans l'humanité.

On peut voir la plume comme une couche de peau spécialisée.

Elle a une tige – ou hampe – centrale avec des centaines de filaments assemblés par un agencement complexe de barbes et de minuscules écailles. Une simple plume d'ailes peut être constituée de plus d'un million de composants. On dénombre quatre sortes de plumes : les pennes ou plumes d'ailes ou de vol (rémiges) ou de queue (rectrices) ; les plumes tectrices ou de contour ; le duvet ; les filoplumes ou plumes sensitives[1].

Les pennes sont plus solides et, comme leur nom l'indique, empennées. Elles sont plus rigides et plus longues. Généralement, elles se répartissent elles-mêmes en plusieurs catégories : les rémiges primaires, secondaires ou tertiaires, les plumes de couverture et les plumes de queue (rectrices). Pour plus de détails, vous pouvez vous référer à l'illustration de la page suivante. Les rémiges (primaires, secondaires et tertiaires) permettent d'élever et de propulser. Elles peuvent aussi contribuer à réduire les freins ou les résistances. Elles nous relient à ces forces archétypales qui peuvent nous aider à atteindre de nouvelles hauteurs de méditation et à nous libérer de tous les éléments qui sont des entraves dans notre vie.



Exemples des différents types de plumes

Les rémiges primaires tombent normalement par paires, une de chaque côté. Ce n'est que lorsqu'une paire est remplacée qu'une autre commence à tomber. Cela empêche l'oiseau d'être cloué au

sol et donc en péril. De cette manière, l'envol est toujours possible. Les plumes de vol reflètent donc un rythme binaire, double, un rythme qui vous aide à vous connecter aux énergies féminines de l'imagination créatrice, de la naissance et de l'intuition. Il n'est pas inhabituel de constater que les plumes apparaissent dans votre vie par paires. Par exemple, vous en trouvez une, et un ou deux jours plus tard vous tombez sur une autre.

Les plumes de couverture sont plus petites et elles poussent le long du bord avant de l'aile, à la base des rémiges, épaississant de fait l'aile dans sa partie frontale. Ainsi l'air passe-t-il plus vite sur le sommet de l'aile qui, en réduisant la pression de l'air, précisément, permet à l'oiseau de s'élever. En ce qui nous concerne, elles nous aident à nous aligner sur ces forces qui facilitent les voyages astraux ou sorties hors du corps (reportez-vous à l'encadré « Expérimentons le principe du vol », page suivante). Les plumes de queue ou rémiges rectrices servent à diriger et à freiner. Elles peuvent nous aider à nous aligner sur les forces qui contribuent à diriger notre vie et à mettre des freins là où ils s'avèrent nécessaires.

Les plumes de contour sont larges et en forme de fougère. Ce sont souvent celles que l'on rencontre le plus communément. Ce sont mêmes celles auxquelles on pense le plus immédiatement quand on entend le mot « plume ». Elles entourent l'extérieur du corps et lui donnent cette apparence arrondie, permettant à l'air de couler librement le long du corps et, par conséquent, de rendre le vol plus aisé. C'est pour cette raison que l'on peut utiliser n'importe quelle plume pour accéder à ces énergies qui autorisent nos propres vols, qu'il s'agisse d'un pur envol libre de l'imagination ou de l'inspiration, ou encore d'un vol de réalisation ou d'accomplissement.

Le duvet se trouve sous les plumes de contour. Elles sont comme de petites peluches délicieusement douces. Ce sont elles qui fournissent une isolation thermique contre les changements climatiques. Il arrive que du duvet soit attaché à certaines plumes de contour. Les plumes de duvet poussent de manière continue et

sont donc des symboles de protection ininterrompue. Même quand les extrémités des duvets s'usent, elles se transforment en poudre qui contribue à la protection de la peau de l'oiseau. Les plumes de duvet peuvent être de merveilleux outils pour soigner les problèmes de peau, développer la psychométrie, et pour stimuler le sens du toucher en général.

Elles sont aussi excellentes pour contrôler ou développer l'empathie, un vieux don de guérison connaissant de nombreuses variantes. Grâce à elle, votre corps peut devenir un véritable baromètre des autres humains. Les douleurs, les peines, les émotions et les attitudes des tiers sont ressenties dans le corps même de la personne empathique comme si c'était elle-même qui les éprouvait réellement. Si cet effet n'est pas équilibré, il peut conduire à des manifestations d'hypocondrie, mais peut aussi aller jusqu'à récupérer en vous le mal d'un autre. Et lorsqu'il est en vous, vous pouvez alors le guérir. Les individus empathiques doivent apprendre à identifier si ce qu'ils éprouvent quotidiennement vient d'eux-mêmes ou de personnes qu'ils ont pu croiser. Les plumes de duvet sont d'une grande aide dans ce processus de différenciation.

Les plumes de duvet étouffent aussi le bruit du vol. Vous pouvez ainsi vous en servir pour accomplir et réaliser des choses sans alerter qui que ce soit et donc en évitant d'éventuelles résistances imprévues. Elles renforcent la discrétion et le secret. Par ailleurs, elles peuvent apaiser et soulager les émotions, les pensées et même les peines et douleurs.

La quatrième et dernière sorte de plumes sont les filoplumes. Elles sont généralement concentrées à la base des plumes de contour. À dire vrai, elles ressemblent souvent au duvet et les spécialistes ne sont pas certains de leur fonction exacte. Ce mystère révèle la signification qu'elles ont pour nous. Apprendre à méditer avec ces plumes et à s'aligner sur les énergies archétypales qui les sous-tendent va vous aider à découvrir votre propre but dans la vie. En somme, elles peuvent être utilisées pour se connecter à ces énergies afin d'identifier et d'explorer les mystères de votre existence.

Ces quatre sortes de plumes servent donc ces trois objectifs primordiaux : 1. elles fournissent une grande surface portante sans quasiment peser sur quoi que ce soit ; 2. elles peuvent être gonflées par l'oiseau afin de capturer l'air et de l'isoler contre le froid ; 3. elles constituent un manteau protecteur.

EXPÉRIMENTONS LE PRINCIPE DU VOL

Les oiseaux peuvent s'élever de deux manières : 1. en réduisant la pression d'air au-dessus des ailes, l'oiseau est tiré vers le haut ; 2. en accroissant la pression sous les ailes, il est poussé vers le haut. Pousser et tirer participent autant de l'aérodynamique que du vol pour les oiseaux. Le mouvement est nécessaire. Soit l'oiseau se meut dans l'air avec ses battements, soit c'est l'air se meut autour de l'oiseau.

Expérience 1 : La force de la gravitation et la pression de l'air

Remplissez d'eau une boîte de conserve, puis couvrez-la avec un morceau de carton. Tenez fermement celui-ci contre le sommet de la boîte pour bien la sceller, puis retournez brusquement le tout. Lâchez le carton. L'eau reste en haut dans la boîte, retenue par la poussée ascendante (la pression de l'air) sous la conserve. La poussée vers le haut exercée par la pression de l'air est supérieure à la traction (l'attraction) vers le bas produite par la gravitation.

Expérience 2 : Le principe de Daniel Bernoulli (vers 1738)

L'air passant (« s'écoulant ») sur le sommet de l'aile soulève un oiseau. Tenez un papier devant votre visage et soufflez dessus. C'est la pression de l'air. Alors que vous soufflez dessus, le papier recule parce que la pression de l'air de votre côté est plus importante que celle de l'autre

côté. Le papier se déplace donc vers la pression d'air la plus basse. Une aile fait la même chose. Lorsque l'air traverse le sommet de l'aile, la pression est réduite à cet endroit. Si la poussée est supérieure au poids de l'oiseau, ce dernier va s'élever.

Ensuite, tenez une feuille de papier par un bout à environ 5 cm de votre bouche. Laissez l'autre bout de la feuille reposer lâchement sur votre main. Soufflez doucement sur le sommet et l'extrémité lâche va se mettre à bouger vers le haut. Soufflez plus fort encore et le papier va s'élever. C'est ce qui aide un oiseau à s'envoler.

Quand vous entrez en possession d'une plume, celle-ci peut vous aider à vous élever vers un secteur particulier de votre vie. Vous pouvez vous en servir pour vous isoler et vous protéger contre les éléments que vous rencontrez dans votre existence. Le type de plume et l'oiseau auquel elle appartenait peuvent vous permettre de déterminer les éléments spécifiques de votre vie vers lesquels elle va vous aider à vous élever ou contre lesquels elle va vous protéger. Par exemple, une colombe est un oiseau fréquemment associé à la paix. Pour les Indiens hopis, elle devait les guider vers des sources d'eau. Une plume de colombe peut donc servir à protéger votre sens de la paix et à trouver ce qui étanchera votre plus grande soif à l'instant où vous tomberez dessus.

Les plumes sont, naturellement, nécessaires pour voler, mais chaque sorte de vol requiert une configuration d'ailes spécifique. La structure osseuse de l'aile d'un oiseau est similaire à la structure du bras d'un humain, à l'exception de la partie « main ». Chez l'oiseau, ce qui correspondrait aux doigts de l'homme est soudé et plus long. Cela confère plus de force aux ailes de l'oiseau, mais cela traduit aussi l'idée selon laquelle les oiseaux seraient de lointains parents de l'être humain.

Les différents oiseaux ont différents styles de vol et, de ce fait, chaque oiseau a une forme spécifique. Il y a cinquante ans, les scientifiques ne comprenaient pas comment une abeille pouvait

voler. D'un point de vue aérodynamique, ses ailes étaient trop petites pour la taille de son corps. Ils savent maintenant que les abeilles bougent leurs ailes plus rapidement, ce qui leur permet de s'élever et de voler. Le pingouin quant à lui ne peut pas voler mais, dans l'eau, il utilise ses petites ailes comme des nageoires ou des palmes. Il donne quasiment l'impression de « voler » dans l'eau, comme les autres oiseaux le font dans l'air. L'autruche utilise ses ailes comme gouvernail pour se diriger quand elle court à une vitesse de 70 km/h environ. Tout cela doit nous rappeler constamment qu'indépendamment de l'apparence, nous n'avons pas seulement la capacité de voler vers de nouvelles hauteurs, mais que nous avons tous besoin de le faire de la manière qui fonctionne le mieux pour nous.

Il y a quatre sortes de morphologie d'ailes. Vous devez étudier celle de votre oiseau totem pour voir à quel type de vol elle va vous aider dans votre vie.

1. Ailes larges (munies d'interstices terminaux) : des ailes grandes, longues et larges qui confèrent un maximum de poussée à l'envol et une grande aptitude à planer.
2. Ailes à grande vitesse : des ailes petites et larges qui donnent une grande vitesse et une grande manœuvrabilité.
3. Ailes à grand allongement : des ailes longues et étroites qui traduisent généralement un grand déploiement d'énergie pour les battements, et aussi une grande aisance pour planer.
4. Ailes elliptiques : des ailes courtes, larges et arquées qui donnent une grande puissance et une capacité aux décollages rapides.

Pour tout oiseau, le décollage et l'atterrissage sont les deux moments les plus dangereux du vol. Et cela revêt une grande signification mystique, particulièrement quand on associe cela à la médiumnité et au déplacement vers de nouvelles dimensions de l'existence. Une préparation insuffisante ou négligente créera des problèmes. Apprendre à quitter son corps et à le réintégrer demande beaucoup de temps et de pratique. S'ouvrir à de

nouvelles dimensions dans une situation de contrôle et d'équilibre est absolument indispensable si on veut s'éviter d'inutiles problèmes. Les individus – comme les oiseaux – qui ne se forment pas de manière appropriée ou qui veulent aller trop vite finissent généralement blessés d'une façon ou d'une autre. Les oiseaux peuvent nous enseigner comment parvenir à faire cela en toute sécurité et facilement.

Plusieurs facteurs affectent votre capacité à décoller et à atterrir dans n'importe quelle entreprise de votre vie, comme c'est le cas pour les oiseaux. La vitesse, la taille et l'angle des ailes ont tous un effet. Plus gros et plus lourd sera l'oiseau, plus grande sera la nécessité d'une aide extérieure pour lui permettre de quitter le sol. En raison de son envergure, un condor a besoin d'un puissant courant d'air ascendant en se jetant depuis le bord d'une falaise ou d'une forte ascendance thermique pour obtenir suffisamment de poussée. Un plongeon ne peut le décoller du sol. Il doit courir à la surface de l'eau pour gagner assez d'élan et de poussée. Comment votre oiseau totem parvient-il à décoller ? Le savoir vous apprendra comment entamer au mieux vos différentes activités. Comme le condor, avez-vous besoin d'une source externe pour vous lancer et vous élever ?

Mais au final, c'est l'atterrissage qui est plus difficile que le décollage. Il s'agit ici de la capacité à terminer des étapes et à faire des transitions dans votre vie. Un œuf frais est en sécurité pendant qu'il est en l'air, jusqu'à ce que son vol s'achève brutalement en touchant le sol. Même pour un oiseau, la branche visée peut osciller ou un coup de vent peut le déséquilibrer, et ses pattes doivent amortir l'impact. Cela nous rappelle qu'aussi bon que nous puissions être « en vol », il nous faudra être capables de revenir à bon port et de nous poser en toute sécurité. Dans le monde physique, l'environnement change souvent et nous devons pouvoir nous adapter à n'importe quelle modification. Il nous faut donc être flexibles et suffisamment forts pour manœuvrer harmonieusement nos énergies en fonction de ce qui est nécessaire.

Dans le prochain chapitre, vous allez apprendre des techniques

simples mais puissantes pour utiliser les plumes en tant que fétiches sacrés. Elles vous aideront à ouvrir votre intuition et à accéder aux forces archétypales qui se trouvent derrière l'oiseau et ses plumes. Cela vous permettra aussi d'atteindre de nouvelles hauteurs créatrices dans tous les domaines que vous voudrez.

CONFIRMER LA FORCE DES PLUMES

Avant que les exercices du prochain chapitre puissent fonctionner pour vous, vous devez prendre conscience sans équivoque que les plumes sont des liens, non seulement avec les oiseaux, mais aussi avec toutes les forces et énergies de l'air. De très nombreuses traditions ont évoqué les multiples expressions de la Nature. Elles ont souvent décrit des secteurs entiers de la vie associés aux entités qui sont généralement invisibles à l'œil humain. Ces entités, nous les connaissons communément sous la forme du « petit peuple », les créatures du monde des fées – les fées elles-mêmes, mais aussi les elfes, les dévas et les esprits divers qui œuvrent avec les humains et autour d'eux par l'intermédiaire d'éléments spécifiques.

Les folklores et les mythologies sont emplis de récits et de contes mettant en scène des créatures associées à l'élément air. Question taille, ces êtres vont des minuscules sylphides aux grands dévas des tempêtes qui animent les vents et créent les changements climatiques. Ils apparaissent souvent délicats et subtils, et les plus grands peuvent avoir une apparence angélique. Dès que l'on honore quelque chose en lien avec l'élément air, ils sont là. Tous ceux qui travaillent avec des oiseaux totems auront des contacts avec eux.

Les fées et les esprits de l'air passent souvent par l'intermédiaire d'oiseaux pour assister les humains se présentant à l'initiation de l'air, et pour les aider à comprendre les rouages et les pouvoirs de l'esprit. Par l'intermédiaire des oiseaux, ils nous montrent comment s'ouvrir à la sagesse et à tout ce qui a été évoqué dans le chapitre 6.

Les plumes sont des liens directs avec eux. Elles invoquent

leurs forces et les font entrer en action. Dans le plus doux soupir jusqu'à la tempête la plus violente, on trouve les esprits de l'air. Et partout où l'on trouve des oiseaux, on les trouve aussi. De nombreux esprits de l'air et autres fées s'approchent des humains sous la forme d'oiseaux et d'autres créatures ailées.

À travers eux, nous pouvons plus aisément nous connecter avec les énergies archétypales des oiseaux. Quiconque travaille avec n'importe quel élément de la Nature a des contacts avec le monde des fées – que ce soit consciemment ou non. Mais plus on en prend conscience, plus il est facile d'œuvrer avec toute créature de leur monde – dans le cas présent, les oiseaux.

Une grande partie des esprits totems qui sont des oiseaux sont simplement des esprits de l'air utilisant une forme aviaire pour entrer plus facilement en contact avec les humains. Grâce aux plumes, nous pouvons appeler les oiseaux ou les êtres féeriques associés à l'air. Et avec les plumes, nous pouvons apprendre à faire de nos rêves des réalités. Les plumes stimulent nos pensées et elles nous permettent d'invoquer la Nature pour confirmer le lien établi. Ce processus de confirmation d'un lien avec votre oiseau totem ou avec tout esprit aérien œuvrant à travers ce volatile est simple. L'air rend possible le pouvoir du son ainsi que le mouvement et l'activation de la pensée. Quand la connexion avec votre oiseau totem est établie ou a encore besoin que vous la confirmiez, exécutez simplement les cinq étapes suivantes.

1. Choisissez une journée au cours de laquelle l'air est parfaitement calme. Prenez une plume, sortez et asseyez-vous sous un arbre.
2. Relaxez-vous et contentez-vous de respirer profondément.
3. Ensuite, levez lentement la plume – que vous tenez à deux mains – au-dessus de votre tête. Puis rabaissez-la juste devant votre bouche.
4. Maintenant, soufflez sur la plume lentement et doucement. Ce faisant, déplacez-la avec la main comme si elle était portée par votre souffle.
5. Pour accentuer l'effet, sifflez sur la plume un petit air

enfantin dont vous vous souvenez. Si vous avez un pipeau ou une flûte, attachez-y la plume et jouez l'air.

En quelques minutes à peine, les esprits de l'air et les forces archétypales liées à la plume vont devenir actifs. Les feuilles d'arbre vont bruisser. Vous allez peut-être voir des feuilles ou de la poussière tourbillonner sur le sol. Et vous allez sentir une petite brise vous saisir. Autour de vous, l'activité des oiseaux va s'accroître.

C'est un exercice simple, mais qui permet de prendre conscience de la force de l'air. Il vous confirme sans peine que les plumes sont de merveilleux outils pour vous connecter aux forces et aux êtres spirituels qui fonctionnent avec elles. Disposer de cette confirmation ne fera que rendre les exercices du prochain chapitre plus efficaces, parce que vous vous aurez éliminé quantité de doutes. Peut-être ne saurez-vous toujours pas exactement *comment* ça fonctionne, mais vous *saurez* que ça fonctionne.

Fétiches

Un fétiche est généralement un objet naturel à l'énergie duquel vous vous sentez intimement associé ou connecté. C'est une forme et un point de focalisation pour une manifestation d'énergie, qu'il s'agisse d'une force archétypale ou d'un esprit réel, représentée par l'objet. Dans le dernier cas, il est un symbole de l'énergie que l'esprit espère éveiller en vous. C'est aussi un outil qui facilite une modification dans la conscience de manière que vous puissiez plus aisément vous harmoniser avec l'énergie qui sous-tend l'objet.

CHAPITRE 9

MAGIE DES PLUMES

Toute plume est un fétiche. Elle peut devenir un objet sacré. Les fétiches et d'objets sacrés ont été utilisés par de très nombreux peuples de toutes les parties du monde. Et cet usage se rencontre dans toutes les religions, du rosaire et du crucifix des catholiques aux éventails à plumes des Amérindiens. Les Tibétains se servaient de bracelets et les Égyptiens arboraient des scarabées.

Le mot « fétiche » lui-même vient du portugais *feitico* qui signifiait « charme ». Ce terme désignait les reliques, rosaires et autres images dont on pensait qu'ils possédaient des vertus magiques. Les explorateurs portugais l'appliquèrent aux objets vénérés par les populations indigènes d'Afrique occidentale. Ce concept a endossé de nombreuses expressions ou utilisations tout au long de l'histoire – en servant notamment à la vénération d'espaces sacrés, d'arbres, de reliques ou d'autres choses du même ordre. L'idée essentielle sous-tendant le fétichisme est que des pouvoirs spirituels résident dans les objets matériels.

Un fétiche est un objet dont on croyait souvent qu'il avait des pouvoirs mystiques et/ou magiques. En réalité, c'est simplement un rappel de l'énergie avec laquelle vous vous ajustez. Ce peut être une gravure, une sculpture, une figurine, un élément animal (os, peau, plume, corne…), une pierre ou une simple image. Cela peut même être une inscription sur un morceau de papier. Les cristaux, les scarabées, les coquilles, la fourrure, les plumes, les figurines d'argile, entre autres, font partie des formes les plus communes.

Les fétiches et les objets sacrés servent fréquemment de talismans ou d'amulettes. Pour la fraternité hermétique de l'Aube dorée (Golden Dawn), un talisman est « une figure magique chargée de la Force qu'elle est censée représenter[1] ». Mais en général, il y a une différence entre un talisman et une amulette. Un talisman peut être vu comme tout objet créé pour servir à une fin spécifique – généralement, apporter la chance ou le bonheur dans un domaine quelconque de la vie, ou aider à atteindre un but. Il a un effet suggestif sur l'esprit. Quant à une amulette, ce n'est pas très différent, si ce n'est qu'elle est habituellement portée dans un objectif de protection ou de santé. Les deux sont normalement consacrés ou « chargés » au cours d'un acte rituel ou méditatif qui peut s'accomplir de manière très simple : par exemple, en se concentrant sur l'objectif alors que l'on « crée » l'objet.

Les plumes, les fétiches et autres objets sacrés sont fréquemment utilisés comme outils. On peut s'en servir pour faciliter la connexion avec les énergies les plus éthériques de la vie. Ils peuvent être des liens avec les archétypes du monde naturel ou des antennes permettant d'entrer en contact avec le monde des esprits. Et ils peuvent aussi être une expression concrète de vénération et de prière, ou un outil de protection et de guérison.

EXERCICES SUR ET AVEC LES FÉTICHES

Quand on travaille avec des plumes, des bâtons de prière et

d'autres fétiches ou objets sacrés, comme vous allez apprendre à le faire dans ce chapitre et ailleurs dans cet ouvrage, il est important de se rappeler que le pouvoir et l'énergie ne se trouvent pas dans l'objet lui-même – bien qu'il existe toutefois des exceptions (par exemple, les cristaux, etc.). L'objet est un moyen de donner forme à une manifestation particulière d'énergie et de nous concentrer dessus. L'objet exprime notre relation avec cette énergie ou cette force. En créant un objet sacré, vous vous donnez le moyen d'établir et d'invoquer une connexion puissante avec cette force simultanément sur les plans physique, émotionnel, mental et spirituel.

Exercice 1 : Comprendre ce que votre plume a à vous dire

Tous ceux qui observent les oiseaux dans la nature notent qu'ils passent beaucoup de temps à lisser leur plumage. Ce toilettage nettoie et arrange les filaments de leurs plumes. Il répartit sur celles-ci une sorte de sécrétion cireuse naturelle qui contribue à les protéger et à les isoler. Quand vous trouvez une plume ou qu'on vous en donne une, vous devez vous aussi la lisser. Ce geste facilite votre connexion avec l'essence et l'énergie des plumes. Il permet de diffuser les fluides naturels de votre main à la plume en vous mettant en relation avec elle et ses énergies.

Généralement, les oiseaux se lissent de deux manières : d'abord, une sorte de mordillage de la base de la plume à son extrémité ; puis le lissage proprement dit, une sorte de mouvement de coulissage dont l'effet ressemble à celui d'une fermeture Éclair. Les deux sont essentiels pour le nettoyage et l'isolation des plumes.

Manipulez vos plumes avec douceur, mais procédez à votre propre lissage. Examinez les filaments et, délicatement, passez vos doigts sur tous ceux que vous trouvez. Brossez précautionneusement les filaments dans le sens de la hampe (le rachis). S'ils se chevauchent, vous allez constater qu'il est très facile de les réarranger avec ce geste. Puis faites coulisser très doucement la plume entre vos doigts en remontant le long de la

hampe. Vous développez votre sens du toucher et vous empreignez, en retour, la plume de votre propre énergie.

Cette manipulation contribue aussi à lui prêter plus d'attention. Notez ses couleurs, ses motifs, tous les points, stries et autres barres que l'on y voit. Tous peuvent avoir une signification. Ils peuvent vous aider à définir l'énergie en jeu et la manière dont elle a le plus de chances de se manifester dans votre vie. Chaque aspect de la plume est important.

Exercice 2 : Insuffler les plumes

Nous avons déjà traité de la signification du souffle et de l'air en relation avec les oiseaux et les plumes. Le souffle est aussi essentiel pour activer l'énergie de la plume, que ce soit à fin d'harmonisation ou de thérapie. Bien évidemment, il y a quantité de manières d'« insuffler » la vie dans les plumes, mais nous allons nous concentrer sur deux. Avec l'exercice 2, vous allez apprendre à activer l'énergie de la plume en soufflant dessus. Il s'agira de guérir avec des plumes en soufflant à travers elles.

L'« insufflation » des plumes devrait être accomplie tout au long du processus de familiarisation avec la plume décrite dans l'exercice 1. On devrait toujours y procéder avant d'utiliser les plumes dans une pratique de méditation, de guérison, ou de métamorphose, ou de quelque autre opération. Votre souffle devient le principe activateur. Il déclenche la vie et l'énergie de la plume, tout en réveillant les forces archétypales qu'elle reflète.

Pour que cela fonctionne de la manière la plus efficace, vous devez avoir accompli un travail préalable de fond sur la plume et sur l'oiseau dont elle est issue. Vous devez être conscient du type d'énergie auquel elle a le plus de chances d'être connectée. Quant aux qualités de l'oiseau que vous souhaitez avoir activées et éveillées à la vie par votre souffle, elles sont encore plus importantes.

1. Trouvez un moment au cours duquel vous ne serez pas dérangé.

2. Créez l'atmosphère avec de l'encens, des sons de la Nature enregistrés, ou tout ce qui peut vous paraître bénéfique.
3. Placez votre/vos plume(s) devant vous ou sur vos genoux.
4. Entamez une respiration lente et rythmée. Inspirez en comptant jusqu'à 4 ; retenez votre respiration le temps de compter encore jusqu'à 4 ; puis expirez sur ce même compte de 4. Gardez votre respiration lente et régulière. Sentez que vous vous détendez de plus en plus profondément à chaque respiration.
5. Faites monter dans votre esprit l'image de l'oiseau. Repassez-vous mentalement toutes ses qualités et caractéristiques. Rappelez-vous que l'air et le souffle sont aussi associés à l'activité mentale.
6. Maintenant, visualisez mentalement votre oiseau en vol, libre et puissant. En observant mentalement ce vol, voyez l'animal manifester toutes les qualités que vous lui associez.
7. Maintenant, prenez la plume (si vous en avez plus d'une, accomplissez cette étape avec chacune, l'une après l'autre). Tenez-la des deux mains par la hampe en la maintenant à plusieurs pouces de votre bouche. Gardez les yeux fermés et imaginez le mouvement des ailes tandis que l'oiseau vole. En vous concentrant dessus, laissez votre respiration adopter ce même rythme. Quand les ailes s'abaissent, vous inspirez. Quand elles se lèvent, vous expirez (cela peut paraître étrange, de prime abord, mais rappelez-vous que les oiseaux respirent à l'inverse des humains).
8. À chaque expiration, soufflez sur la plume. Voyez cela comme un moyen tant d'honorer le pouvoir du vol que d'unifier votre souffle vital avec celui de votre oiseau totem. Poursuivez cette respiration pendant une minute ou deux. Visualisez cette étape comme l'insufflation d'une nouvelle vie dans la plume et dans les forces archétypales qui la

sous-tendent.

9. En agissant ainsi, vous devez commencer à sentir une légère vibration dans la hampe de la plume. Ce peut être un picotement, une sensation de pression accrue, une chaleur ou quelque autre ressenti. Cette sensation va englober les deux mains, alors que l'énergie de la plume s'anime et affecte l'air autour d'elle.
10. Tandis que vous tenez la plume, essayez d'imaginer l'énergie l'environnant, la plume elle-même remontant votre bras jusqu'à pénétrer dans votre corps. Vous pouvez la sentir, la voir ou simplement l'imaginer. Alors que vous vous concentrez dessus, cela va se produire. Ne perdez pas de vue que toute énergie suit la pensée et que les oiseaux sont les seigneurs du monde de la pensée. Au bout de quelques instants, visualisez l'énergie de l'oiseau s'éveillant en vous avec toutes les aptitudes et qualités corrélatives. Visualisez-vous encore en train d'utiliser ces énergies et aptitudes avec succès au cours de la semaine à venir.

Accordez-vous quelques instants et répétez cet exercice aussi souvent que vous utilisez les plumes. Il va les réveiller et les stimuler. Les énergies autour des plumes vont s'accroître chaque fois que vous exécuterez cet exercice. Il a un effet cumulatif. Il vous permettra de voler plus haut ou de plonger plus profondément au fond de vous-même. Et il permettra aux énergies de l'oiseau de se manifester plus aisément dans votre vie.

Gardez à l'esprit les qualités de l'oiseau. Sachez qu'à chaque respiration vous vous harmonisez un peu plus avec lui. Plus vos pensées sont concentrées pendant cette respiration, plus l'énergie de la plume va prendre de puissance. La pratique développe un lien dynamique entre vous et les forces divines qu'elle reflète dans la Nature.

Exercice 3 : Respirer à travers les plumes

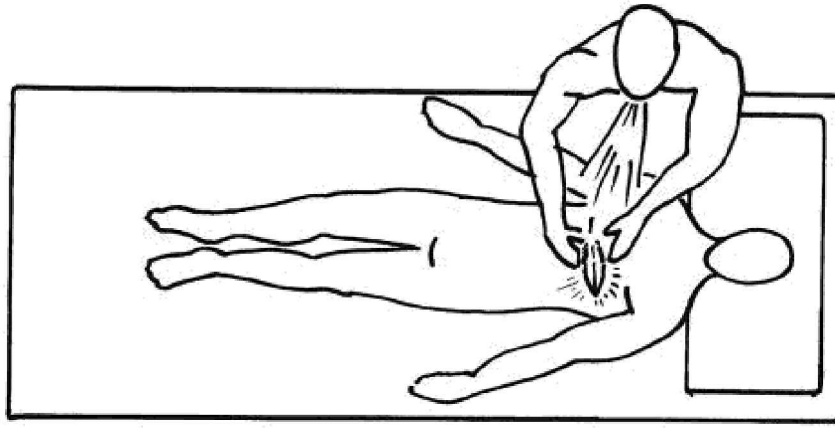
Cet exercice met en œuvre une technique puissante d'activation des énergies curatives de la plume et de son archétype correspondant représenté par l'oiseau dont elle est issue. Il facilite la projection d'énergies curatives spécifiques dans certaines parties du corps. En essence, avec votre souffle, vous envoyez les énergies de votre oiseau totem dans le corps et le système énergétique de la personne concernée afin d'obtenir des effets précis.

Il est important de connaître les qualités spécifiques de votre plume et de son oiseau pour que son effet soit le plus efficace possible. Certains oiseaux sont plus performants que d'autres pour agir sur certains états du corps. Par exemple, une plume de vautour aura (ou urubu à tête rouge) est merveilleuse pour nettoyer l'aura, les intestins et tout le système digestif. Une plume de cardinal peut servir à insuffler une nouvelle vitalité dans le sang. Elle sera particulièrement appropriée pour des questions d'anémie. C'est l'étude consciencieuse de votre oiseau totem qui vous permettra d'identifier particulièrement quels systèmes et organes du corps seront les plus aisément concernés par l'effet de la plume.

En tous les cas, ne perdez jamais de vue que n'importe quelle plume peut être utilisée pour s'aligner sur les énergies d'un quelconque oiseau. Même si vous ne disposez pas de plume de vautour aura – ce qui est fort possible –, vous pourrez vous connecter avec ses énergies en soufflant à travers la plume que vous aurez afin de soulager des douleurs digestives ou autres. Il faut juste garder à l'esprit une règle toute simple : alors que vous soufflez à travers la plume dont vous disposez pour activer ses énergies, concentrez-vous mentalement sur l'image et les qualités de l'oiseau dont vous voulez invoquer les énergies. Votre plume va ainsi endosser les qualités et énergies de l'oiseau sur lequel vous vous focalisez. Les étapes à respecter pour cette pratique curative sont les suivantes.

1. Assurez-vous que l'environnement dans lequel vous allez œuvrer est propre et correctement préparé. Assurez-vous

aussi qu'il n'y aura ni interruption ni perturbation.



Guérir par la respiration à travers la plume

Placez la plume sur la zone du corps ayant un problème. Puis placez votre bouche au-dessus de la plume, faites un cornet avec vos mains et soufflez à travers la plume sur la zone troublée. Visualisez votre souffle activant les énergies archétypales associées à la plume et les envoyant dans cette partie du corps. Visualisez cette dernière en train de se guérir et de se renforcer.

2. Exécutez un exercice de relaxation avant d'intervenir sur l'individu. Ce sera plus efficace encore si cette pratique intègre une respiration rythmique.
3. Exécutez l'exercice d'« insufflation » précédemment décrit (exercice 2). On pourra même le faire avant que la personne à « traiter » arrive. Veillez à vous concentrer sur les qualités curatives spécifiques de l'oiseau idoine.
4. Si le problème de santé précis et/ou l'oiseau approprié ne peuvent être déterminés, contentez-vous de voir cet exercice comme un moyen d'insuffler une nouvelle vie dans la personne traitée, ou de la régénérer. Vous concentrer tout simplement sur votre totem contribuera déjà à activer un souffle vital plus puissant dans la personne venue se faire « soigner ».

5. Demandez à la personne de s'asseoir ou de rester debout. Puis nettoyez son aura en utilisant un plumeau à aura (comme le décrit l'exercice 4).
6. Maintenant, faites asseoir l'individu (s'il ne l'était déjà) ou demandez-lui de s'allonger. La personne doit être dans une position qui vous permettra de placer la plume directement sur son corps (on peut se servir ici de n'importe quelle plume sauf d'une plume de chouette ou de hibou. En effet, quand on travaille avec la médecine de la chouette, un contact avec cette dernière risque de repousser le problème encore plus profondément dans le corps. Donc ce dernier ne doit absolument pas être touché par une telle plume).
7. Déposez la plume sur la zone du corps ayant besoin d'assistance et placez vos mains en coupe de chaque côté de la plume. Puis baissez la tête pour positionner votre bouche juste au-dessus des mains en coupe, c'est-à-dire juste au-dessus de la plume. Commencez une lente respiration rythmique.
8. Visualisez-vous d'une part en train de souffler et d'activer l'énergie de la plume, et d'autre part en train d'insuffler une nouvelle vie dans la partie déficiente du corps. Sentez que vous envoyez la force archétypale de l'oiseau dans le corps pour guérir et renforcer le secteur qui requiert le soin. La chaleur du souffle, la visualisation et la plume travaillent ensemble pour donner forme et convergence aux énergies curatives dont l'individu a le plus besoin.
9. Visualisez et sentez les vents soufflant à travers le corps, et emportant avec eux tous les maux du corps, afin qu'*in fine*, les vents divins cosmiques les dispersent, les dissipent et les éliminent. Continuez l'exercice jusqu'à ce que vous sentiez ou pensiez qu'il est achevé.
10. Terminez l'exercice par un nouveau nettoyage de l'aura, à l'aide du plumeau à aura.

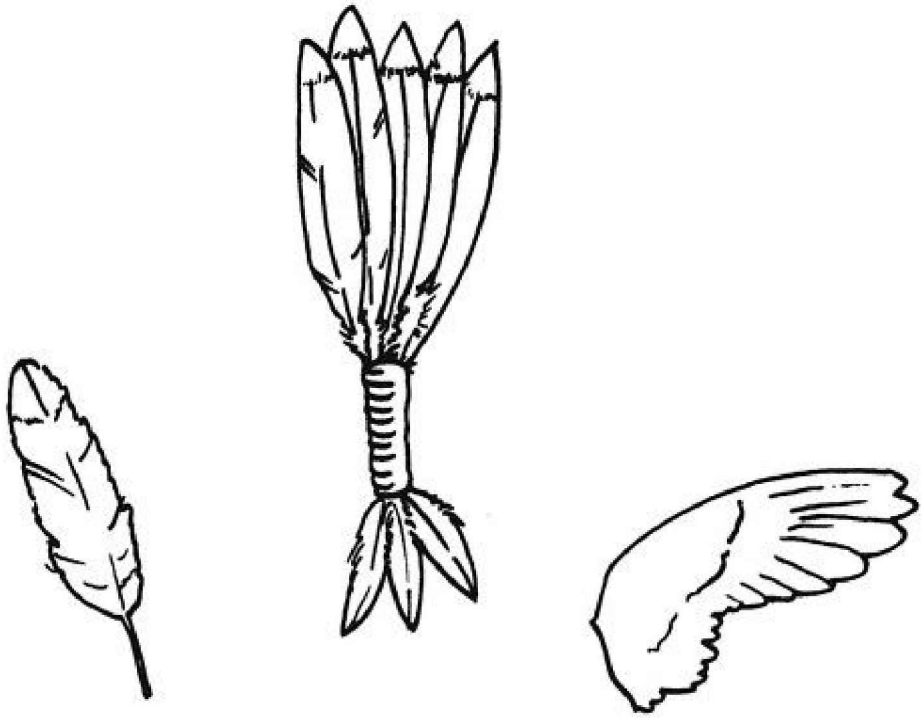
Il existe naturellement de nombreuses variantes de cet exercice

que l'on peut utiliser. Le son, par exemple, est un élément puissant que l'on pourra ajouter. Souffler et entonner certains chants sur le corps à travers la plume produira de formidables résultats. Rappelez-vous que le son participe de l'élément air. Souffler et vocaliser les voyelles du prénom de votre « patient » rendra la pratique curative encore plus efficace. Les voyelles et le prénom sont des liens directs avec les énergies primordiales de l'individu.

Vous pouvez aussi préférer commencer par souffler *dans* le corps. Placez alors la plume au sommet de la tête, sur la poitrine et les pieds, et soufflez à travers elle dans chacune de ses positions avant d'aborder la zone spécifique ayant un problème. N'ayez pas peur de tester, d'expérimenter. Faites confiance à votre intuition en cette matière. Tous ceux sur qui vous pratiquerez seront un peu différents. N'oubliez pas que les oiseaux aident à utiliser les facultés intuitives – avec plus de créativité et de flexibilité.

Exercice 4 : Nettoyer l'aura avec les plumes

L'une des utilisations les plus communes des plumes est celle – déjà mentionnée – du nettoyage ou de l'« époussetage » de l'aura. Aujourd'hui, la plupart des gens l'associent avec les Amérindiens et les activités chamaniques. Les assemblages de plumes utilisés pour cette pratique sont désignés par quantité de noms différents. Les deux plus courants sont « plumeau à aura » ou le quasi redondant « plumeau à plumes ». Ils adoptent une grande variété de formes. Quelques-unes d'entre elles sont représentées page suivante.



Plumeaux à aura

Les plumeaux à aura peuvent être constitués de plusieurs plumes, mais une plume unique peut aussi remplir cette fonction. Les plumes du bien nommé vautour aura (également appelé urubu à tête rouge) font d'excellents plumeaux pour nettoyer l'aura.

L'aura humaine est le champ d'énergie qui enveloppe le corps humain dans toutes les directions. Il est composé de nombreuses formes d'énergie, mais il a surtout un fort aspect électromagnétique. Cela signifie que nous dégageons et absorbons constamment de l'énergie. Chaque chose et être que nous croisons a la capacité d'affecter et impacter notre énergie. Si nous ne sommes pas conscients de cet échange, nous risquons d'accumuler beaucoup de « débris énergétiques » tout au long de la journée. Sous bien des aspects, cela ressemble à de l'électricité statique qui s'accumule et qui peut avoir un effet négatif[2].

L'utilisation de plumeaux à aura est très efficace avant et après

une activité curative. Il est aussi très bénéfique de s'en servir quotidiennement pour « balayer » les débris énergétiques que vous avez accumulés au cours des activités de la journée.

1. Comme l'aura s'étend dans toutes les directions, vous allez devoir exécuter le « nettoyage » devant, derrière, sur les côtés, la tête et les pieds.
2. Ne touchez pas le corps avec les pieds. Contentez-vous d'un doux mouvement de balayage à deux ou trois pouces (5 à 10 cm) du corps.
3. Commencez par la tête et descendez. Tout en procédant, visualisez-vous en train de balayer et d'épousseter littéralement toute la négativité qui traîne autour de votre corps. Rappelez-vous que toute énergie suit la pensée et que les oiseaux et les plumes sont liés au processus de la pensée.
4. Nettoyez aussi le devant et le dos. N'hésitez pas à « épousseter » aussi toute partie du corps vers laquelle vous guiderez votre inspiration. Passez sous les bras et demandez à votre « patient » de lever les pieds pour les nettoyer eux aussi. Vous pouvez aller jusqu'à vous imaginer créant un vent éthérique pour balayer et nettoyer cette partie du corps.
5. Pour renforcer l'effet, on peut se servir d'encens. La fumigation (*smudging*) est une pratique amérindienne visant à projeter une fragrance ou une odeur d'encens sur le corps pour le nettoyer ou le purifier. On utilise souvent un bol pour brûler l'encens. Puis, alors que la fumée s'élève, on la « brosse » avec les plumes pour la disperser au-dessus de tout le corps de l'individu traité. C'est un moyen de le baigner dans une fragrance purifiante. La sauge, le cèdre et l'avoine odorante (également appelée herbe aux bisons) sont des herbes communes utilisées pour cette pratique. On peut aussi utiliser l'encens commun (oliban) et la myrrhe qui sont d'autres fragrances purificatrices efficaces.

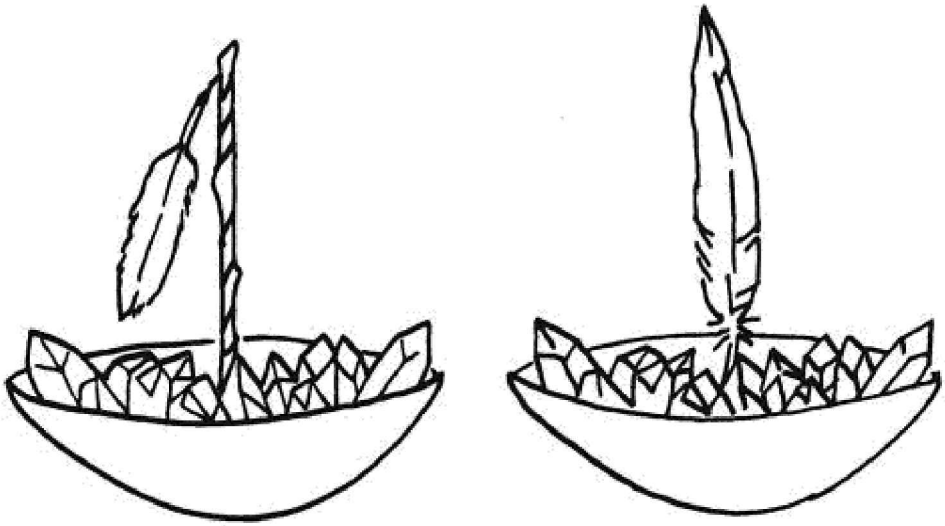
Exercice 5 : Plumes et bols à fétiches

Les bols ou pots à fétiches et les « sacs médecine » sont souvent utilisées pour contenir les plumes ou les figurines fétiches. L'une des méthodes les plus aisées pour en créer est celle de la poterie en colombin (qui utilise des boudins d'argile – « colombin »). Ces bols peuvent être décorés et peints. Utiliser de tels bols ou pots est beaucoup plus puissant et stimulant pour le fétiche que de laisser celui-là simplement posé quelque part, sans aucun support ou récipient.

Tous les bols, coupes et chaudrons sont des symboles des énergies cosmico-divines féminines. C'est l'énergie de la matrice d'où naît toute nouvelle vie. La forme circulaire est dynamique, car elle n'a ni commencement ni fin. Elle représente tout ce qui n'est pas manifesté et, corrélativement, toutes les possibilités. Quand ils sont placés dans le bol, les fétiches et plumes commencent à accumuler des réserves d'énergie. Dès qu'on la sort et qu'on l'utilise, cette réserve d'énergie est activée. En somme, un fétiche qui se trouve à l'extérieur du récipient se met à dissiper sa force et doit donc être rechargé plus souvent.

Les bols ont aussi une expression intérieure et une expression extérieure – le non-manifesté et le manifesté. Le récipient devient une porte par laquelle la force archétypale sous-tendant la plume fétiche va arriver et se concentrer. Elle se libère et est donc activée quand le fétiche est retiré du bol et utilisé.

La coupe ou bol est liée au symbole et aux énergies de la corne d'abondance. La corne d'abondance originelle ornait le front de la chèvre Amalthée qui devint la constellation du Capricorne. Elle symbolise un approvisionnement infini et nous rappelle que nous pouvons utiliser le bol à fétiches pour multiplier et accroître les énergies symbolisées par le fétiche lui-même et se manifestant à travers lui.



Exemple de bols à fétiches avec un bâton à prières
Ces bols à fétiches sont remplis de cristaux de quartz. Ils renforcent l'énergie du fétiche et fournissent un bon support pour les bâtons à prières.

Le bol, c'est la grande mère. Elle est le symbole de l'univers et, en particulier, de toute forme de manifestation d'énergie dans l'univers. Quand vous placez un fétiche dans un pot ou un bol à fétiches (qu'il s'agisse d'une simple plume ou de la figurine d'un animal totem), les énergies associées à ce fétiche commencent à s'accumuler, de manière à pouvoir, finalement, prendre forme et se manifester plus puissamment dans votre vie.

Utiliser les fétiches et les bols à fétiches est une manière d'honorer vos animaux totems et de vous harmoniser avec eux. Les animaux émissaires ne servent plus et ne guident plus les humains comme ils le faisaient jadis, mais ils sont encore présents dans la mémoire inconsciente des hommes. Cette mémoire est souvent réveillée chez les personnes qui se trouvent dans la Nature. Elle peut notamment l'être dans les tempêtes, mais aussi dans les rêves. Si nous voulons réveiller plus consciemment cette relation séculaire avec le monde animal, c'est particulièrement là que le fétiche et le bol vont nous être utiles.

1. Prenez un bol d'argile ou créez-en un. Un bol d'une matière naturelle, comme l'argile, facilite et symbolise notre connexion avec la terre mère.
2. Dès que vous avez choisi le vôtre, vous pouvez le laisser uni ou le décorer de la manière qui vous paraîtra la plus idoine pour une pratique sacrée. Vous pourrez mettre sur l'extérieur du bol des inscriptions ou d'autres symboles. Mais vous pourrez aussi avoir envie de décorer l'intérieur. Vos inscriptions doivent refléter les énergies de votre totem. Pour un bol à fétiches destiné à accueillir des plumes, vous pourrez par exemple décorer l'intérieur et l'extérieur de dessins d'ailes, etc.
3. Pour tout travail avec les animaux totems, je recommande de n'utiliser un bol à fétiches que pour une sorte de fétiches. Si vous avez des fétiches religieux, prenez un récipient distinct pour eux. Par ailleurs, ayez un bol pour vos fétiches d'esprits animaux et un autre pour vos oiseaux totems.
4. Vous aurez peut-être aussi envie de placer des pierres ou des cristaux au fond du bol. C'est une bonne idée qui amplifiera les énergies symbolisées par votre fétiche. Cela vous rappellera que le fétiche enracine dans votre vie la force spirituelle qui le sous-tend.
5. Purifiez (notamment à l'encens) votre fétiche totem. Méditez avec lui. Puis exécutez les exercices précédents pour le bénir et le charger. Il est important de visualiser, d'imaginer et de sentir l'énergie de l'animal en accomplissant cela. Sachez que chaque fois que vous tenez votre fétiche, c'est un appel au réveil de l'énergie de votre esprit animal. Rappelez-vous que le fétiche donne forme et concentre la force archétypale qui le sous-tend.
6. Conservez votre fétiche totem dans le bol tant que vous n'avez pas besoin de l'utiliser. Vous pouvez même décider de le couvrir d'une étoffe sombre, pour refléter la matrice de vie dans laquelle les énergies de votre totem deviennent fertiles. Lorsque vous retirerez ce tissu protecteur et que

vous prendrez le fétiche totem, faites-le avec grand respect. Rappelez-vous qu'il s'agit d'un symbole de la matrice de vote et, ainsi, chaque fois que vous récupérerez votre fétiche, vous ferez passer les énergies du non-manifesté au monde manifesté. Pour découvrir des manières spécifiques d'augmenter les effets des plumes fétiches dans les pots ou les bols, référez-vous à l'exercice 8.

7. Quand vous aurez achevé le travail du fétiche, replacez-le dans le bol de votre esprit animal, jusqu'au moment où vous le reprendrez.

Exercice 6 : Bâtons à prières

L'une des manières les plus puissantes et les plus magiques d'utiliser les plumes est celle des cannes, bâtons ou baguettes de prière. Ces derniers ont longtemps été utilisés – et le sont souvent encore – comme des outils et des symboles de forme supérieure de communication. Une canne, un bâton ou une baguette est une antenne. Ils reçoivent, canalisent et dirigent les énergies. Et ils servent à invoquer et manifester la force de vie féminine pour guérir, créer ou protéger.

« Cet homme errait dans les ténèbres jusqu'à ce qu'il se mît à penser. Alors il se connut lui-même et sut qu'il était un homme. Il sut qu'il était là pour un certain but. Il mit sa main sur son cœur et prit un grand bâton. Il s'en servit pour l'aider à progresser dans les ténèbres et quand il était fatigué, il se reposait dessus[3]. »

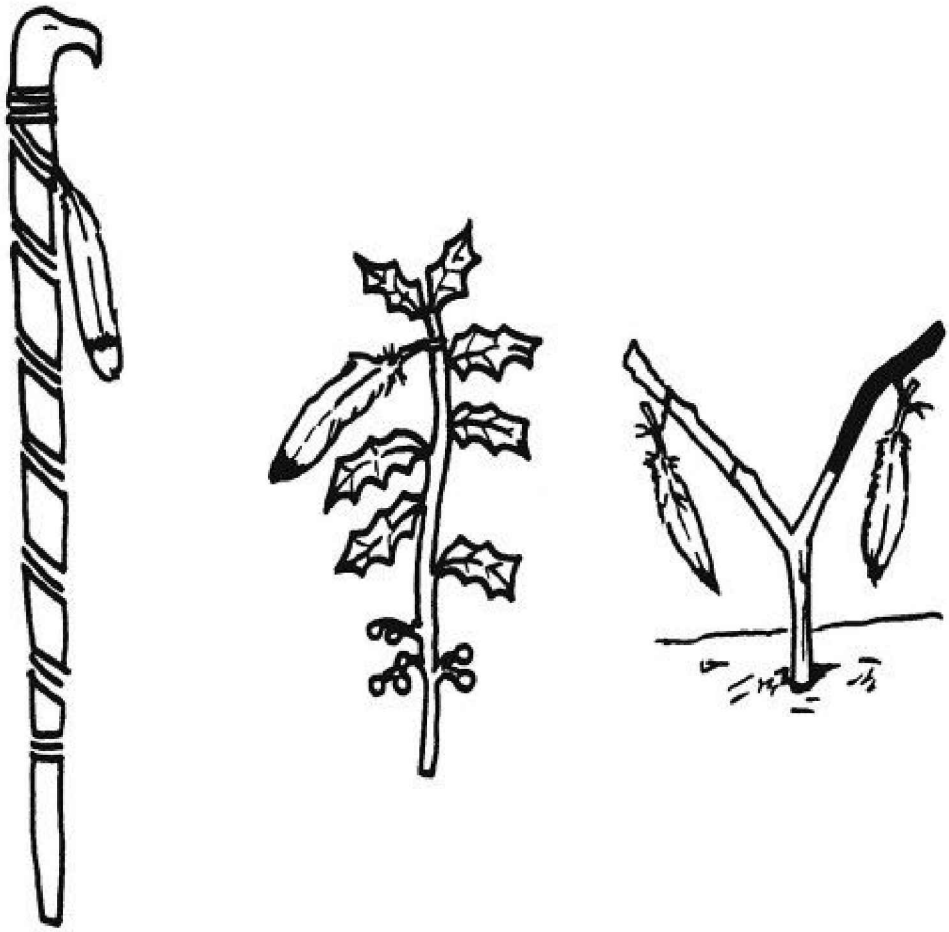
La canne, le bâton et/ou la baguette sont la seconde moitié du principe créateur. Ils sont l'aspect masculin assertif. Presque tous les bâtons ou cannes de prière peuvent être considérés comme des baguettes magiques. La canne ou la baguette est le père. C'est ce qui fait sortir du non-manifesté les choses désirées. De tels outils nous servent à amplifier et à sélectionner le processus créatif.

Les cannes, bâtons et baguettes ont été utilisés dans de très

nombreuses sociétés. Pour la plupart des gens, la baguette du magicien de scène est un objet familier. Celle-là n'est qu'un accessoire, mais une vraie baguette a une fonction créatrice dans le processus de transformation et de manifestation. Quand on l'utilise avec des fétiches ou d'autres amulettes du même ordre, elle sert à établir une connexion avec le monde de la Nature et les esprits et énergies qui s'y trouvent.

Les cannes, bâtons et baguettes de prière sont plus performants pour travailler avec des esprits totems quand ils sont créés à partir d'éléments naturels. Des tiges de bois manufacturées sont efficaces, mais des branches de différents arbres le sont aussi. Chaque arbre a sa propre énergie qui lui est spécifique ; gardez cela à l'esprit pour rendre votre bâton de prière encore plus opérant (pour plus d'informations sur certaines des énergies des arbres, vous pourrez consulter l'un de mes précédents ouvrages, *The Magical Name* [*Le Nom magique*]). Des tubes de cuivre fermés aux deux extrémités peuvent aussi fournir de merveilleux bâtons de prière. Le cuivre est un élément de la terre.

On pourra décorer ces bâtons de prière, qu'ils soient en bois ou en cuivre, afin de les imprégner d'une plus grande signification. On pourra aussi fabriquer pour eux des fourreaux de cuir ou de tissu de différentes couleurs. Des plumes de votre totem pourront être attachées au bâton pour qu'il devienne pleinement un lien direct avec votre totem. Si on le désire, on gravera aussi des symboles sur les objets de bois.



Cannes, bâtons et baguettes de prière

Voici trois exemples de cannes et bâtons. De gauche à droite : une canne de voyage avec des plumes de faucon ; un bâton de prière du monde des fées constitué d'une branche de houx avec une plume de griffon[4] ; enfin une baguette de prière plus traditionnelle. Cette dernière est créée à partir d'une branche fourchue à laquelle sont accrochées des plumes de loriot. On utilise spécifiquement ici une branche fourchue parce que c'est à ce type de branche que le loriot fixe son nid.

Des cristaux, des coquilles et des pierres pourront être attachés aux bâtons. Rappelez-vous qu'il est très important de faire des recherches sur votre totem. Et tout ce que vous fixez ou liez à vos cannes, bâtons ou baguettes doit refléter l'un ou l'autre aspect du

totem. Pour ceux qui travaillent spécifiquement avec la tradition amérindienne, les couleurs des directions du monde peuvent être peintes dessus. En outre, certains oiseaux sont aussi associés à différentes directions. Le vautour, par exemple, est un totem du Sud et le faucon est souvent considéré comme un totem de l'Est. Si votre bâton, baguette ou canne doit être connecté à un oiseau spécifique – et donc à la direction qui lui est attachée –, vous pourrez juger opportun de peindre ou d'envelopper l'objet dans sa couleur appropriée.

Les différentes tribus et traditions utilisaient des couleurs différentes pour les directions. Quand vous utilisez des couleurs, le plus important est de trouver la signification de la teinte spécifique. Ne l'utilisez pas simplement parce que vous l'aurez vue sur une image ou un tableau. Plus vous trouverez de signification à la couleur de votre bâton, plus il fonctionnera pour vous. Sur mon propre bâton de voyage – que je décris un peu plus loin –, j'applique une peinture que je peux enlever. Pour chaque voyage, j'utilise des couleurs, des plumes et des symboles spécifiques à ce périple magique. À la fin du voyage, alors que j'enlève la peinture, je m'imagine entreprendre l'acte final de libération de mes prières et actions afin qu'elles s'accomplissent.

Les bâtons, cannes et baguettes de prière sont des extensions de votre propre énergie et de votre but quand vous travaillez avec vos animaux totems. Ces outils sont des canaux d'énergie. Vous devez leur accorder autant de soin qu'aux autres objets comme les fétiches et les bols. Ces outils sont aussi les symboles d'une grande activité de fertilisation. Dans l'art et la pratique des totems, on en trouvera quantité de variantes, comme les sceptres, les *vajras* ou bâtons-foudre, les verges et même les phallus.

Très clairement, les bâtons, cannes et baguettes de prière sont encore plus efficaces quand on les utilise pour se connecter à un animal totem qui est un oiseau. Pratiquement tout le monde a un oiseau dans ses totems. Le découvrir et faire usage d'un bâton de prière pour communiquer et travailler avec lui sera un moyen dynamique de stimuler votre vie. Cela pourra en outre contribuer à

vous faire vraiment comprendre le langage des animaux et, plus important encore, à vous faire comprendre d'eux.

Les bâtons les plus efficaces seront ceux auxquels seront fixés des plumes. Et ce sera mieux encore si la plume utilisée est bien celle de votre véritable oiseau totem, mais ce n'est pas indispensable. Répétons-le, toute plume est un lien avec n'importe quel représentant du monde des oiseaux. Peut-être qu'il vous faudra un peu plus de persévérance si ce n'est pas la plume de votre totem, mais elle pourra parfaitement être utilisée.

1. Bâtons et baguettes à prières

Pour les Indiens hopis et pueblos, il y avait différentes manières de faire des offrandes au Grand Esprit. De la semoule de maïs pouvait être jetée dans toutes les directions. On offrait souvent de la turquoise, et de l'eau dans une coquille était aussi une offrande commune. Encore une fois, l'outil le plus important pour se connecter et faire une offrande et une requête était le bâton de prière.

Ces derniers pouvaient parfaitement être plus courts que votre doigt ou plus longs que votre avant-bras. Il n'y a aucune règle concernant leur longueur. Pour les Pueblos Acoma, il y avait 17 types ordinaires de bâtons de prière et chaque individu devait faire l'offrande de 16 à 80 bâtons de prière par an[5].

Le type de bâton le plus commun était celui qu'on fabrique à partir d'une branche de saule écorcée. Celui-ci était fréquemment peint et on gravait dessus des encoches et rainures. On n'attachait les plumes qu'une fois les peintures et gravures achevées. Elles étaient soit attachées *stricto sensu* par une lanière, soit fixées voire collées à une extrémité du bâton. De nouveau, tous les choix – les couleurs, les entailles, les plumes, et même le type de bâton – avaient une signification et ils étaient combinés sur le bâton en vue de faire une demande spécifique à un esprit.

Le bâton est le message et la plume l'appel à l'esprit oiseau ou totem pour que celui-ci emporte le message vers le ciel. Une

extrémité du bâton est plantée dans la terre. Alors que la brise touche la plume, elle active ses énergies et relie la requête terrestre au ciel.

Idéalement, le bâton et la plume devraient être compatibles. Les qualités de l'oiseau devraient elles aussi s'harmoniser avec les qualités et les énergies du bâton. L'une des manières les plus aisées de déterminer cet accord est de se demander sur quelle sorte d'arbre l'oiseau en question installe le plus couramment son nid. Par exemple, les coqs de bruyère (tétras) adorent les forêts de chênes et les zones où croissent des vignes sauvages. Si vous avez une plume de coq de bruyère, vous pouvez de manière idoine vous servir d'un bâton en chêne ou d'une branche de vigne sauvage. Un loriot va accrocher son nid à une branche fourchue ; de ce fait, utiliser une telle branche avec une plume de loriot renforcera la capacité à se connecter à ce totem. Et vous pourrez même accroître son efficacité en peignant une dent de la fourche en jaune ou en orange et l'autre en noir – les couleurs traditionnelles du loriot.

Rappelez-vous que toutes les plumes sont en relation avec les esprits et les dieux. Elles sont des symboles du souffle de vie. Apprendre à souffler vos intentions sur la plume est très important. Tout en fabriquant votre bâton de prière, tenez par intermittence votre plume au-dessus de lui et soufflez doucement à travers elle sur le bâton. Cela va aider à activer son énergie et à l'implanter dans ce dernier.

La plupart d'entre nous n'ont pas accès à autant de plumes et à l'immense variété de celles-ci que ceux qui vivent à la campagne. Mais même les citadins peuvent trouver des plumes. Promenez-vous régulièrement. Regardez bien par terre quand vous marchez. Je rentre rarement d'une promenade sans rapporter quelques plumes ramassées sur le chemin.

Par ailleurs, nous ne pourrons peut-être pas tous nous offrir le luxe de planter dans le sol nos bâtons de prière. Si je recommande de fabriquer quelques bâtons à usage général, et multifonctionnels, vous pouvez en outre en avoir un pour la guérison, un autre pour la protection, un autre encore pour

l'abondance, etc. J'en ai vu un fait d'une combinaison de plumes de vautour et de bois de pommier sauvage. C'est tout à fait adapté à la purification.

Vous n'avez pas besoin de planter le bâton à l'extérieur. Il suffit que vous le teniez simplement et que vous méditiez dessus comme vous le feriez avec une baguette. Agitez-la autour de vous. Alors que les plumes bougent et dansent, l'énergie prend vie. Avec le bâton, faites des spirales dans l'air, de haut en bas, et voyez et sentez l'énergie monter. Percevez l'approche de votre esprit totem. Imaginez et sentez l'énergie de votre requête qui s'active.

Au lieu de les fabriquer et de les planter dehors à la manière traditionnelle, vous pouvez tout à fait les garder avec vous pour les réutiliser. Veillez à les nettoyer, notamment l'encens, après chaque utilisation. Puis rechargez-les avec une intention plus spécifique. Il existe un grand nombre de manières très efficaces de le faire. Mais la plus puissante et la plus performante est la combinaison de l'emploi du bâton de prière et du bol à fétiches, tel que détaillé avec l'exercice 5.

Un très ancien rituel païen recommande de placer un couteau dans le bol, ce qui symbolise l'union du père et de la mère. C'est l'acte de création. Chaque fois que vous placez un bâton de prière dans le pot ou bol à fétiches, vous accomplissez symboliquement la même chose. Chaque fois que le masculin et le féminin s'accouplent, que ce soit symboliquement ou sexuellement, il y a naissance d'une nouvelle manifestation d'énergie. Cette expression énergétique est grandement déterminée par la concentration des pensées de l'individu et par la manière selon laquelle le bâton de prière a été créé.

Le bâton de prière et le pot à fétiches deviennent une extension de vos propres énergies. Ils stimulent, amplifient et enracinent. Ils représentent le renouveau de la vie, l'union du soleil et de la lune sur terre pour que naisse le neuf.

Ensemble, le pot à fétiches et le bâton à prières sont les symboles de la naissance et de l'initiation. C'est l'union du sceptre et de la couronne, le mariage des contraires qui suscite de

nouvelles expressions et harmonies. Cette hiérogamie, ce mariage sacré symbolique entre le dieu et la déesse, le soleil et la lune, le ciel et la terre, est reflétée par la combinaison du bâton et du pot. Cela crée un nouvel état, une nouvelle vie et une nouvelle complétude.

L'un de mes bols à fétiches est rempli de cristaux. Quand j'utilise un bâton de prière – vieux ou nouveau –, je l'emporte dehors et je le plante au cœur de ce pot de cristaux.

2. La canne

La canne est un symbole de l'arbre de vie, l'axe entre le ciel et la terre. C'est un outil pour envoyer des messages vers les cieux. Elle fournit un support, donne une direction et une intensité à l'énergie. La canne est un symbole du lien avec vos énergies les plus spirituelles.

La magie et le pouvoir ont depuis longtemps été associés aux cannes (et aux bâtons ou baguettes en général). Dans la tradition biblique, le grand bâton de Moïse s'est métamorphosé en un serpent qui a englouti les cannes/serpents des prêtres égyptiens. L'enchanteur et métamorphe Merlin est souvent représenté avec une grande canne.

Cette canne nous procure un support au cours des périples de notre vie. Elle nous rappelle aussi de toujours garder active notre magie tandis que nous cheminons dans l'existence. Reflets des voyages chamaniques, des oiseaux ornaient fréquemment le sommet de ces cannes magiques.

Une puissante application de l'imagination créatrice est utilisée dans une pratique appelée le « cheminement » (*pathworking*). C'est une pratique souvent utilisée dans l'ancienne forme de mysticisme hébraïque que l'on appelle la Kabbale. Les chemins représentés dans l'arbre de vie kabbalistique sont des voies symboliques menant à divers niveaux de la conscience et de l'univers. Ils relient les différents niveaux de conscience (appelés *sephiroths* dans le kabbalisme traditionnel) et les énergies disponibles à chacun de ces niveaux. On peut les emprunter pour

les voyages astraux et pour pratiquer la clairvoyance spirituelle. Ils utilisent de puissants symboles dans des scénarios imaginés pour invoquer et manifester des énergies spécifiques.

Dans l'un de mes précédents ouvrages, *Imagick. Qabalistic Pathworking for Imaginative Magicians*, j'explique comment le mouvement et le jeu théâtral pouvaient être mis en œuvre dans la pratique du « cheminement/*pathworking* » afin d'ouvrir des niveaux plus profonds de la conscience et de libérer les énergies les plus dynamiques de l'univers. Pour mes exercices de « cheminement », j'ai fabriqué une canne de voyage que j'utilise pour accompagner mes mouvements de danse ou pour jouer différents scénarios afin d'activer les énergies au sein de l'arbre de vie kabbalistique.

C'est devenu un outil puissant. Et c'est un rappel du fait que l'arbre de vie et toutes ses énergies sont en moi. Sur mon bâton de « cheminement », je peins souvent les symboles, les mots du « chemin » concerné et les deux *sephiroths* de l'arbre de vie que le chemin en question relie. Cela donne une forme et une concentration encore plus grandes aux énergies que je cherche à activer.

Décorez votre canne de la même manière que les bâtons ou les baguettes. Attachez-y des plumes appropriées. Si vous vous servez de la canne pour représenter le chemin de votre vie, vous pourrez aussi tout simplement peindre des plumes d'oiseaux migrateurs. Et vous pourrez aussi associer les plumes de vos oiseaux totems. Peignez-les avec des couleurs symboliques et signifiantes en fonction du but que vous visez. Peut-être aurez-vous envie d'utiliser d'anciens alphabets et de graver des noms et des mots importants pour vous et vos objectifs de vie.

Là encore, vous pourrez avoir plus d'une canne, avec, par exemple, une canne pour guérir, une canne de voyage, une canne de protection, et une autre pour représenter votre élévation existentielle. N'hésitez pas à les modifier et à leur ajouter des éléments. J'ai mentionné plus haut que je possédais une canne pour danser lors de mes « cheminements » kabbalistiques. Pour la modifier, j'utilise de la peinture à l'eau lavable, donc je peux la

réutiliser indéfiniment. J'attache aussi à celle-ci des plumes différentes – celles qui correspondent aux énergies que je cherche à invoquer à un moment précis. Ne vous inquiétez pas si vous ne disposez pas des bonnes plumes pour la pratique visée. Vous pouvez toujours vous contenter de peindre l'image d'un oiseau ou de vous servir de plumes génériques.

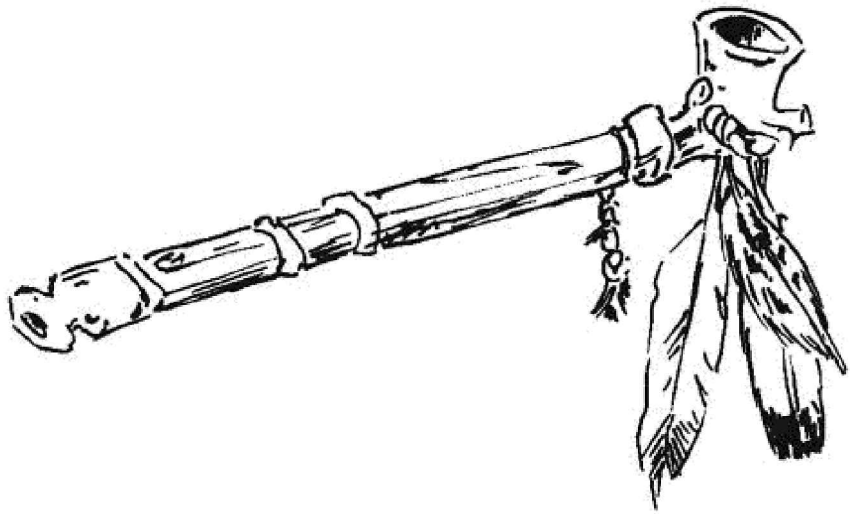
À force, je me suis retrouvé avec tous les symboles traditionnels de l'arbre de vie kabbalistiques et ses différents chemins peints sur ma canne. De ce fait, cette dernière est devenue mon arbre de vie individuel. Chaque fois que je l'utilise, elle se charge un peu plus et il est de plus en plus facile d'accéder aux énergies avec elle.

Ne craignez pas d'expérimenter toujours et encore les pratiques. Vous n'êtes pas obligé de danser avec la canne. La tenir une fois qu'elle est prête suffira à activer les énergies. Rappelez-vous qu'elle est une antenne. Elle canalisera et dirigera les énergies correspondantes. Elle permettra à vos intentions de s'élever et de s'envoler vers le ciel afin de commencer à faire leur œuvre à votre profit.

Exercice 7 : Porter vos plumes

L'une des manières les plus aisées d'activer les énergies de vos oiseaux totems et de les harmoniser avec vous est de porter des plumes sur vous. C'est une façon on ne peut plus directe de les honorer. Cela vous servira aussi de rappel constant de l'action des énergies dans votre vie. Et cela vous permettra en outre de renforcer tout au long de la journée votre processus mental. De nouveau, il existe de très nombreuses manières de porter des plumes et il n'en est pas de plus correcte ou de meilleure qu'une autre. Ce qui fonctionne pour vous doit être ce qui retient votre attention. La liste ci-après va vous fournir quelques exemples des multiples manières décoratives et créatives d'en porter. Expérimentez. Soyez créatif. Sentez à quel point vous avez l'impression d'être plus léger quand vous portez des plumes au cours de la journée.

1. Accrochez-en dans vos cheveux.
2. Fixez-en à vos bracelets.
3. Attachez-les à des boutons de votre chemise ou d'autres vêtements.



Calumet à plumes

4. Portez-les à vos chevilles (c'est très efficace avec de petites plumes, comme des plumes de duvet ou de nouvelles plumes en début de croissance. Veillez à ce qu'elles ne pendouillent pas trop, sinon vous risquerez de marcher dessus. Quand j'exécute des danses, j'attache fréquemment des plumes spécifiques à mes chevilles).
5. Faites des colliers à plumes.
6. Accrochez-en à la boucle de votre ceinture.
7. Attachez-les à vos porte-monnaie ou sacs.
8. Fixez-les à vos boucles d'oreille ou créez vos propres boucles et pendentifs avec des plumes.
9. Piquez-les dans vos vêtements.
10. Plus généralement, attachez-les à n'importe quel objet

que vous utilisez ou portez couramment.

Exercice 8 : Renforcer et protéger vos plumes

Les plumes peuvent être assez fragiles et il est important de les manipuler avec douceur. Il y a des manières de les protéger et de renforcer leurs énergies.

1. Envelopper les plumes inutilisées dans de la soie ou un tissu contribuera à les protéger, surtout si elles ne sont pas conservées dans un pot à fétiches. J'en garde certaines dans un pot alors que j'en conserve d'autres bien rangées à l'abri.
2. Il est bénéfique pour les plumes de les conserver avec des branches de sauge. La sauge aide à maintenir leur énergie et les protège de la détérioration.
3. Sortir toutes ces plumes de temps en temps au grand air et les redynamiser à l'aide de l'exercice d'insufflation (exercice 2) est essentiel pour faire perdurer leur vie et leur vitalité. Selon le nombre de plumes dont vous disposez, vous devriez le faire plusieurs fois par an, même si vous ne les utilisez pas. J'essaye de le faire au moins quatre fois par an autour des équinoxes et des solstices.
4. Fumigez de temps en temps toutes vos plumes. Une fumigation de sauge ou en contenant est particulièrement bénéfique. Tandis que la fumée de l'herbe s'élève, passez simplement les plumes dans celle-ci en les tournant de chaque côté. Cela garde les plumes propres, purifiées et prêtes à servir.
5. Apprenez à utiliser le son avec vos plumes. Chantez, fredonnez et vocalisez avec elles. Le son fait partie du pouvoir de l'air. C'est un moyen dynamique pour renforcer l'énergie de la plume. Sachez qu'alors que vous chantez, la plume aide à faire monter la mélodie, tout en étant honoré par elle. C'est toujours une action de grâce bénéfique.

CHAPITRE 10

DICTIONNAIRE DES OISEAUX TOTEMS

Quand vous commencez à travailler avec les oiseaux et d'autres animaux totems, il est important de les étudier minutieusement. Un regard superficiel est à proscrire. Se contenter d'examiner distraitement leurs qualités et comportements ne vous amènera qu'à manquer des aspects importants de l'animal pour vous et votre vie. Il est trop facile de se méprendre sur leur fonction, surtout au début.

Commencez par vous poser quelques questions de base :

— Quelle est sa couleur ? (Rappelez-vous que les couleurs sont significatives et symboliques. Certains oiseaux et animaux changent de couleur selon la saison. Demandez-vous ce que cela peut vouloir dire pour votre vie.)

— Quelle est sa taille ? (Ne comparez pas la taille de l'oiseau

au pouvoir qu'il manifeste. Un colibri à gorge rubis est un des plus petits oiseaux au monde, mais il est capable de faire de longues migrations de plus de 750 km. Des oiseaux et totems plus grands sont incapables d'un tel effort.)

— Quelle est sa forme ? (La forme d'un oiseau et/ou de son nid peut en dire beaucoup sur son caractère et ses activités. Chez certains oiseaux, des caractéristiques peuvent ressortir particulièrement. L'oiseau a-t-il un cou sortant de l'ordinaire ? Un bec ? Des pattes ? Ces aspects peuvent être très symboliques.)

— Comment agit-il ? (Nous avons déjà traité de l'importance d'un examen attentif des comportements de l'oiseau. Chaque oiseau ou animal a quelque chose d'unique et de caractéristique relatif à son comportement. C'est là l'un des paramètres primordiaux à connaître concernant la signification de ce totem pour votre vie.)

— Comment vole-t-il ? (Non seulement sa façon de voler est importante, mais aussi l'endroit *où* il vole. S'il migre, se dirige-t-il vers une partie spécifique du monde ? Cela peut être très instructif pour vous. N'oubliez pas que les directions aussi sont symboliques. Parfois, l'endroit vers lequel il migre peut refléter une existence passée qui continue de vous affecter et dans laquelle vous pourriez puiser des choses utiles pour votre vie actuelle.)

— D'où vient-il ? (Les lieux sont aussi importants que les autres aspects de votre totem. Certains oiseaux ou animaux sont en fait des imports d'autres pays. Si un tel animal entre dans votre vie en qualité de totem, cela peut encore une fois traduire une connexion du passé avec cette zone géographique particulière ou cette époque. Par exemple, le martin-pêcheur a un lien mythologique avec la Grèce antique et la légende d'Alcyone[1], la fille du dieu des vents Éole. Si c'est votre totem, cela peut vouloir dire que vous avez une connexion, à travers une vie passée, avec la Grèce antique ou cette époque, ou encore que des

événements ou situations actuels de votre vie ont des liens avec cette période ou cette région.)

— Quand le voit-on le plus ? (Le moment de la journée où il est le plus visible et le plus actif vous dira quand ses énergies ont le plus de chances d'être actives et manifestes dans votre propre vie.)

— Quelle sorte de sons émet-il ? (Quand l'entend-on le plus souvent ? Quel son émet-il le plus fréquemment ? Ce sont autant d'éléments révélateurs concernant l'énergie du totem. Le son est une expression énergétique. Le croassement permanent du corbeau est significatif.)

— Quelle est son alimentation favorite ? (Rappelez-vous qu'il y a toujours un équilibre dans le processus prédateur/proie. Sa source d'alimentation primordiale sera souvent aussi un totem.)

— Quand se reproduit-il ? (Généralement, la période de reproduction reflète aussi le moment où ses énergies archétypales sont les plus puissantes, les plus fécondes et les plus reconnaissables.)

— Dans quel environnement vit-il ? (Rappelez-vous que l'environnement dans lequel il vit en dit encore une fois beaucoup sur l'énergie intervenant dans votre vie. Est-ce un environnement forestier ? Champêtre ? Où vit-il tout simplement ?)

Le dictionnaire qui suit va vous aider à démarrer. Il n'est en aucune façon exhaustif. Ce n'est qu'un point de départ pour comprendre les énergies et les forces associées à vos totems. Si des mythes sont associés à celui-ci, je préconise fortement de les étudier. Les mythes et les contes sont depuis bien longtemps des sources de sagesse spirituelle. Ils peuvent donc vous aider à comprendre la signification spirituelle du totem.

Les points clés liminaires et le cycle de puissance sont des lignes directrices. Les points clés sont une synthèse des énergies de l'oiseau fondée sur mes propres études et observations. Le cycle de puissance peut refléter plusieurs possibilités. Dans

certains cas, il s'agira du moment de l'année, du mois ou de la journée où il est le plus actif. Dans d'autres cas, ce sera sa période de plus grande fertilité, selon sa saison d'accouplement. Mais vos propres recherches approfondies vous feront peut-être identifier d'autres moments plus fertiles ou plus puissants. Utilisez-les. N'oubliez pas que mes notes ne sont que des indications pour démarrer.

Et cette liste n'est pas complète parce qu'il existe bien plus d'oiseaux et de sous-espèces que ce qui est relevé ci-après. Mais cela vous permettra de commencer à découvrir la signification de votre totem. Certains oiseaux sont regroupés sous leur nom générique commun. Par exemple, toutes les espèces de colibri sont rassemblées sous l'entrée « colibri » et la description est basée sur les caractéristiques générales qu'ils manifestent tous.

AIGLE

Points clés : Illumination de l'esprit, guérison et création

Cycle de puissance : Toutes les saisons, durant la journée (diurne)

L'aigle est un des oiseaux de proie les plus grands (en taille) et les plus admirés. Il a inspiré quantité de peuples et de sociétés. Son aptitude à s'envoler haut et à chasser fascine et exalte ceux qui en sont témoins. En réalité, les aigles sont si bons pour se procurer de la nourriture qu'ils passent très peu de temps à chasser. Le fait qu'ils excellent à se nourrir de la terre et qu'ils volent à de très grandes hauteurs dans le ciel en dit beaucoup sur la signification cachée des aigles qui se présentent comme totems. Ils vont vous enseigner un équilibre entre être *de* la terre, mais ni *sur* ou *en* elle.

Toutes les sociétés humaines qui ont été en contact avec les aigles ont développé une mythologie et/ou un mysticisme riche autour d'eux. Dans l'ancienne tradition aztèque, le chef des dieux dit à son peuple de s'installer dans un endroit où se trouvera un aigle, perché sur un cactus, en train de dévorer un serpent. Cet endroit allait devenir Mexico.

L'aigle était consacré à Zeus, qui, souvent, prenait son apparence pour maîtriser le tonnerre et les éclairs. Les Sumériens vénéraient un dieu aigle et les Hittites utilisaient un aigle à deux têtes comme emblème symbolique pour ne jamais être surpris. L'aigle était aussi associé à Jupiter et il fut l'un des principaux emblèmes de l'Empire romain. Dans les hiéroglyphes égyptiens, l'aigle symbolisait la voyelle « A », mais aussi l'âme, l'esprit et la chaleur de la vie. Dans le mysticisme chrétien primitif, l'aigle était encore symbole de résurrection.

Pour les Amérindiens natifs, l'Oiseau-Tonnerre est le plus souvent représenté sous la forme d'un aigle. C'était le Grand Esprit qui contrôlait l'éclair et la pluie, le châtiment et la récompense. Pour les Cris des plaines (*Nêhiyaw*), tous les aigles avaient un pouvoir mystique et ces pouvoirs pouvaient être partagés par quiconque possédait une partie de l'oiseau.

Pour les Indiens pueblos, l'aigle était un oiseau capable de s'élever en spirale jusqu'à un trou dans le ciel et de le traverser pour passer dans la maison du soleil. L'aigle était associé avec toutes les énergies de l'astre solaire – tant physiques que spirituelles. Les Pueblos honoraient six directions : le Nord, le Sud, l'Est, l'Ouest, le Zénith (au-dessus) et le Nadir (en dessous). L'aigle était le symbole du zénith du fait de sa capacité à s'élever jusqu'à de très grandes hauteurs dans le ciel. Et depuis ces hauteurs, il pouvait embrasser de son regard et surveiller les quatre directions. Ainsi devenait-il un symbole d'une grande vision et d'une grande perception.

Le pygargue à tête blanche ou aigle chauve (*bald eagle*)
Longtemps symbole de pouvoir et d'illumination, les aigles ont inspiré les hommes de toutes les sociétés. Leur énergie est la guérison et l'aide à la création.

Pour les Hopis, les aigles royaux et les aigles chauves (ou pygargues à tête blanche) étaient les plus grands de tous les oiseaux du ciel, mais, *stricto sensu*, ils sont les deux seuls aigles vivant sur le continent nord-américain. Certains Hopis intégraient toutefois dans les aigles la buse à queue rousse qu'ils appelaient « aigle rouge » (*red eagle*).

Il existe 59 espèces d'aigles et elles sont souvent réparties en quatre catégories : 1. les aigles pêcheurs ou des mers (pygargues) ; 2. les aigles serpentaires ou circaètes (aigles ophiophages) ; 3. les harpies ou aigles forestiers ; 4. les aigles bottés. Mais il y a encore une grande variété d'espèces au sein de ces différents groupes. Et quand on s'intéresse aux couleurs et aux motifs des plumages, on se rend compte que chaque aigle est unique et magnifique à sa manière.

Les aigles pêcheurs ou des mers sont ceux qui se nourrissent

primordialement de la mer (poissons, etc.). Sur le continent nord-américain, l'aigle chauve (pygargue à tête blanche) entre dans cette catégorie. Ceux qui l'ont pour totem vont donc devoir s'intéresser aux associations symboliques de l'eau. L'eau et le poisson symbolisent souvent les aspects psychiques de la vie et les énergies créatrices. L'eau est aussi un espace qui sépare la terre du ciel. Ainsi, un oiseau des eaux, comme un aigle pêcheur ou des mers, reflète une aptitude naissante à circuler entre les mondes, ou un besoin d'apprendre à le faire.

L'eau est la source créatrice de la vie. Vivre près de sources d'eau naturelles peut être important pour ceux qui ont un pygargue comme totem. Un aigle chassant dans l'eau doit être, bien évidemment, capable d'y pénétrer, d'y attraper ce dont il a besoin et d'en ressortir. Cette faculté illustre une capacité accrue et nécessaire à apprendre à travailler avec les émotions, le psychisme et tous les aspects de la spiritualité avec une plus grande maîtrise. Il s'agit ici d'acquérir la vraie dimension de médiateur, la capacité d'entrer et de sortir à volonté des mondes les plus éthériques.

Les aigles serpentaires ou circaètes arborent souvent des crêtes de plumes sur la tête. Leurs doigts sont courts et forts pour leur permettre d'attraper et de tenir les serpents se tortillant. Ceux qui ont un circaète pour totem feront bien de s'intéresser à la partie sur les serpents dans le présent livre. Les aigles serpentaires engloutissent les serpents en entier, ce qu'il faut voir symboliquement comme l'engloutissement et la digestion d'une haute sagesse – la connaissance reptilienne.

Les aigles harpies ou forestiers sont les plus grands et les plus puissants. On ne trouve aucun d'eux sur le continent nord-américain. Ils ont des serres énormes qui leur servent à saisir de très grosses proies, y compris des cervidés. Une étude des préférences alimentaires particulières de l'aigle forestier vous apportera des informations complémentaires.

L'autre type d'aigle que l'on trouve en Amérique du Nord est donc l'aigle royal (ou aigle doré, selon la traduction littérale de son nom anglais, *golden eagle*). Il fait partie du groupe des aigles

bottés. En général, ces derniers arborent un majestueux manteau de plumes sur la tête et le cou, et leurs pattes elles-mêmes sont abondamment couvertes de plumes, au point de donner l'impression qu'ils portent des bottes ; d'où leur nom.

Les deux rapaces les plus importants du continent nord-américain sont l'aigle chauve et l'aigle royal. Le premier est plus grand que le second, mais il ne peut voler aussi haut ni être aussi gracieux. Le chauve symbolise souvent le féminin quand le royal symbolise le masculin. Les plumes blanches de l'aigle chauve, en particulier, sont souvent prisées car elles sont des liens avec la médecine de grand-mère – mêlant grande sagesse, guérison et création.

Les plumes d'aigle sont sacrées pour les Amérindiens et, dès lors que l'aigle est protégé par le gouvernement des États-Unis, c'est un délit d'en posséder pour quiconque n'est pas de sang amérindien. Néanmoins, les plumes sont utilisées dans de puissantes cérémonies de guérison (nettoyage de l'aura), et même pour la métamorphose. Les plumes blanches à bout noir étaient souvent utilisées sur les masques des Indiens pueblos pour leur donner l'apparence de nuages noirs et blancs. De nouveau, nous retrouvons ici la vieille connexion avec les mystères du ciel et tous ses phénomènes.

L'aigle tant chauve que royal est devenu un symbole de noblesse héroïque et d'esprit divin. Ces aigles sont les messagers du ciel et incarnent l'esprit du soleil.

Ils sont aussi des symboles de la redécouverte de l'enfant intérieur. Il existait jadis une croyance selon laquelle, à mesure qu'il atteignait un grand âge, l'œil de l'aigle s'affaiblissait. Alors, il allait voler tellement près du soleil que celui-ci le brûlait. Dès lors, il cherchait une source d'eau pure, se plongeait trois fois dans l'onde claire et sa jeunesse était restaurée.

Du point de vue mystique, tout cela est très révélateur. Cela nous parle non seulement de résurrection, mais aussi d'alchimie. Le feu du soleil et l'eau claire sont des éléments opposés qui sont harmonisés pour obtenir un changement. Ce processus reflète plusieurs nécessités pour ceux qui ont un aigle totem :

1. une implication dans des activités créatrices. Trois est le nombre de la nouvelle naissance et de la créativité ;
2. une volonté de faire l'expérience des éléments ou situations extrêmes dans des conditions maîtrisées, et de faciliter ainsi le processus alchimique dans votre vie ;
3. une volonté d'utiliser vos passions pour purifier (voler vers le soleil) et utiliser vos aptitudes, même si cela signifie vous brûler un peu ;
4. une volonté de découvrir les vrais aspects émotionnels de soi et s'immerger en eux, et ce faisant, redécouvrir l'enfant perdu et réveiller un sens élevé de la pureté, de la passion, de la créativité, de la guérison et de la spiritualité.

Un examen des caractéristiques et des comportements particuliers de l'aigle vous révélera encore plus d'éléments sur la médecine et le pouvoir que l'harmonisation vous apportera.

Le pied de l'aigle a quatre doigts. Quatre est un symbole traditionnel de la capacité à rester ancré, enraciné dans le sol, et à savoir poser de solides fondations pour soi-même. Même avec sa formidable aptitude à voler, l'aigle demeure connecté à la terre. Ses serres sont faites pour saisir et chasser. Cela reflète le besoin de rester connecté à la terre afin de saisir et d'utiliser ses produits et ce qui s'y trouve en général. Sans la capacité à saisir puissamment et à utiliser ce qui est attrapé, il ne survivrait pas.

Le bec acéré est lui-même conçu pour trancher, déchirer et broyer. L'aigle possède de puissants muscles maxillaires. La mâchoire est importante pour la digestion et la communication orale chez les humains, mais c'est différent chez les aigles. Si vocalement, l'aigle est assez faible, ses maxillaires sont certains des muscles les plus puissants. Pour ceux qui ont des aigles totems, il sera important de savoir quand parler, comment, en quelle quantité et avec quelle force. Il sera aussi essentiel de se rappeler que si la parole n'est pas maîtrisée, il est très facile de blesser quelqu'un par inadvertance avec des mots (trancher, déchirer et broyer).

Pour ceux dont l'aigle est le totem, une nouvelle vision s'ouvre.

Cette vision pourra s'ouvrir tant sur le passé que sur le présent ou le futur. Les yeux de l'aigle sont positionnés très près l'un de l'autre à l'avant de la tête. Ils ont une vision 3D ou binoculaire comme les humains. Ils peuvent voir devant eux et sur les côtés, mais leur vue est huit fois supérieure à celle des hommes. Méditer sur le nombre 8 (et particulièrement sur son dessin qui, couché, est aussi le symbole de l'infini) vous révélera quantité de choses sur le type de vision que l'aigle peut réveiller.

Si ses oreilles ne sont pas visibles, il entend néanmoins très bien. Ainsi peut-il chasser aussi bien à l'oreille qu'à la vue. Pour ceux qui voient l'aigle venir à eux, la capacité à entendre – tant physiquement que spirituellement – va croître.

De nombreux aigles s'accouplent pour la vie. Le mâle collecte les matériaux nécessaires pour les nids, mais c'est la femelle qui en est l'architecte. Ces rôles doivent être considérés minutieusement par tous ceux qui travaillent avec la médecine de l'aigle. Les nids sont toujours grands et construits très en hauteur pour des questions de sécurité. Si, concernant la construction du nid, les rôles sont bien distincts, les deux membres du couple se chargent de l'alimentation des aiglons, ce qui illustre la leçon de la responsabilité coopérative.

Le rituel d'accouplement de l'aigle chauve est un de ses aspects les plus mystiques et les plus intrigants. Une forme spectaculaire de danse aérienne intervient. Les oiseaux s'envolent haut, font des *loopings* et de grands plongeons. À un certain moment, ils s'accrochent l'un à l'autre par les serres et se mettent à tournoyer en plein ciel, avant de tomber quand l'accouplement est achevé, et de se séparer brusquement juste avant de toucher le sol. Alors ils se ré-envolent et répètent cette parade nuptiale encore et encore. Cela restitue une partie de la joie mystique, du danger, de l'excitation et de la puissance de l'énergie sexuelle dont font l'expérience ceux qui pratiquent la médecine de l'aigle. Elle peut les ouvrir à de nouveaux sommets et à de nouvelles sensations fortes.

L'aigle est un vrai prédateur et, en tant que tel, il contribue à préserver l'équilibre du monde. Les prédateurs capturent les

faibles et les malades, et permettent de garantir la salubrité de la nature en empêchant la propagation des maladies. Ce rôle curatif fait partie de ceux qui vont s'éveiller sous différentes formes chez ceux qui travaillent avec les aigles totems.

Dans leurs activités de chasse, ils manifestent un puissant instinct d'économie de leur énergie. Ils vont souvent se percher pour attendre leur heure, en occupant leur temps avec de joyeux envols et de tout aussi plaisantes acrobaties aériennes – sans cesser un instant pour autant d'utiliser leur grande vision pour guetter et savoir quand plonger afin de capturer leur proie. Cet instinct confiant de préservation de son énergie sera absolument nécessaire pour ceux qui veulent développer la médecine de l'aigle.

Et dans cet esprit de préservation énergétique, les aigles sont aussi de véritables opportunistes. Ils savent parfaitement laisser d'autres oiseaux ou prédateurs chasser à leur place, en se contentant d'aller ensuite leur voler la nourriture. Quand un aigle entre dans la vie de quelqu'un, des opportunités (même celles que l'on croyait perdues depuis longtemps) apparaissent toujours. Ceux qui ont des aigles totems doivent apprendre à voir ces opportunités et à les saisir quand elles se présentent.

Les aigles ne fondent pas toujours du ciel pour tuer. Ils possèdent un phénoménal contrôle de leurs puissantes ailes, ainsi peuvent-ils glisser lentement et silencieusement vers leur proie qui ne les entend pas descendre. On sait aussi qu'ils sont capables de s'immobiliser et de demeurer quelques instants en vol stationnaire pour que leur frappe soit encore plus précise. De ce fait, ceux qui les ont pour totems vont commencer à développer une nouvelle perception du temps et du mouvement. Vous allez apprendre à plonger, à vous envoler en flèche, à piquer encore, et à planer – à utiliser tant les vents qui soufflent dans votre vie que vos propres ailes en voie de développement pour .

Les grands aigles ne tuent pas seulement avec leur bec et leurs serres. Certains peuvent frapper leur proie avec une si grande force qu'elle suffit à les assommer, voire à les tuer. Un aigle

chauve peut frapper avec une force deux fois supérieure à celle d'une balle de fusil[2]. Ce qui est représenté ici, c'est la force primordiale inhérente et aisément réveillée chez ceux qui travaillent avec la médecine de l'aigle.

Les aigles sont donc des symboles de grande puissance ; une puissance qui dépasse largement leur taille réelle. Un aigle chauve moyen pèse quatre à cinq kilos, soit un kilo de moins environ qu'un chat domestique ordinaire.

S'aligner sur la médecine de l'aigle, c'est endosser la responsabilité et le pouvoir de devenir beaucoup plus que ce que l'on paraît être. D'un point de vue karmique, cela veut dire que les événements vont maintenant se dérouler – « voler » – beaucoup plus vite et que les répercussions de tout ce que vous pensez, faites ou dites (ou ce que vous manquez de penser, faire ou dire) – positives ou négatives – seront plus fortes et plus rapides. Accepter l'aigle comme totem, c'est accepter que votre vie prenne une nouvelle dimension plus puissante et assumer un devoir supérieur de croître spirituellement. Mais ce n'est qu'en agissant ainsi que vous allez apprendre à évoluer entre les mondes, à soigner toute vie et à devenir le médiateur et le porteur de toute nouvelle force créatrice dans le monde.

AUTRUCHE

Points clés : S'ancrer dans le sol

Cycle de puissance : Toute l'année

Si vous avez l'impression que vous devenez un peu étourdi et inconsistant, si vos amis et les tiers vous accusent de ne pas avoir les pieds sur terre, il pourrait être bénéfique pour vous de travailler avec la médecine de l'autruche. Cette dernière est le plus grand des oiseaux, mais contrairement à la plupart d'entre eux, elle ne peut voler. C'est très symbolique.

Rappelez-vous que le vol est en relation avec l'ouverture à une nouvelle sagesse. Les oiseaux sont des symboles de connexion avec des domaines plus éthériques de la vie et avec une connaissance supérieure. Un oiseau qui ne peut voler peut néanmoins nous relier à ces mêmes énergies. Il va nous aider à les utiliser dans le monde physique. Par conséquent, l'autruche est un oiseau qui permet d'extraire une nouvelle connaissance du monde mental éthérique pour la mettre en application de manière très pratique.

L'autruche nous peut aider à nous connecter à ces mondes et à nous empêcher de nous y perdre. Cela se traduit par son long cou et ses longues jambes – sa hauteur nous fournissant précisément un lien entre les différentes univers. Il serait donc heureux d'explorer en parallèle le symbolisme du cou et des jambes. Dans un précédent ouvrage, *The Healer's Manual* (*Manuel du guérisseur*), j'ai traité du symbolisme et des correspondances métaphysiques des principales parties du corps – tant chez l'homme que chez l'animal.

L'autruche se déplace très vite sur terre grâce à une grande force des pattes. Son coup de pied puissant est sa défense et il peut tuer. C'est par le pied que l'humain reste connecté à la terre, ce qui reflète encore la nécessité de bien garder les pieds sur

terre. Si une autruche se présente comme totem, posez-vous quelques questions pertinentes. Gardez-vous bien les pieds sur terre ? Êtes-vous solidement ancré à la terre ? Avez-vous peur d'utiliser votre connaissance et de vous envoler vers de nouvelles hauteurs et de nouveaux domaines ou mondes ? Vous servez-vous de votre connaissance pour avancer ? Utilisez-vous vraiment votre connaissance ou non ? Vous montrez-vous inconsistant ou d'autres autour de vous le deviennent-ils ?

Un ancien mythe tenace prétend qu'une autruche effrayée plante sa tête dans le sable, refusant par là de voir ou de reconnaître ce qui se passe. Mais dans la réalité, ce n'est absolument pas ce qu'elle fait. L'autruche n'enterre jamais sa tête. En revanche, dans un mouvement de protection, il lui arrive de la baisser au ras du sol. Du fait de sa hauteur, cette posture lui permet, à elle ainsi qu'à ses œufs, d'être moins visibles. Si une autruche adopte cette attitude face à vous, il va peut-être vous falloir envisager d'être plus protecteur envers vous-même, et moins visible. Assurez-vous de ne pas vous placer dans une position vulnérable.

On voit souvent des autruches marcher parmi les zèbres et les antilopes. Le passage de ces derniers affole les insectes et d'autres nourritures que les autruches peuvent attraper. Mais ils s'avertissent aussi les uns les autres de l'approche de prédateurs. Si vous avez une autruche comme totem, il sera par conséquent utile d'étudier également les zèbres et les antilopes, puisque ce sont des animaux qui vous accompagnent.

L'autruche a un bon appétit – ce qui exprime une appétence pour une grande connaissance. Elle ingère souvent des pierres pour faciliter le processus digestif. Cela revêt une grande signification. Chaque oiseau qui fait cela exprime en général un besoin, pour celui qui l'a pour totem, d'assimiler la connaissance avant d'agir dessus. Elle doit être digérée et assimilée, au risque, dans le cas contraire, de se montrer inconsistant, inconstant, voire volage, et de l'utiliser de manière inappropriée. L'autruche est un oiseau qui peut vous aider à assimiler la nouvelle connaissance et à rester ancré, les pieds sur terre, lorsque nous nous ouvrons à

elle.

BUSE

Points clés : Pouvoir visionnaire et garde vigilante

Cycle de puissance : Équinoxes de printemps et d'automne – nouvelle lune

Les buses sont une des espèces d'oiseaux de proie les plus intrigantes et les plus mystiques. Ce sont les messagères, les protectrices et les visionnaires de l'air. Les buses et les chouettes ont les yeux les plus affûtés de tous les rapaces.

La taille, l'apparence et l'environnement des buses changent d'une variété à l'autre. Il en existe tant d'espèces différentes qu'il est parfois ardu de parler d'elles de manière distincte. Pour retenir les grandes divisions, il y a les buses (ou busards) des marais, les buses des forêts, les buses des mers et les buses des prairies. Le milieu de vie de votre buse vous en dira beaucoup sur les modalités probables de manifestation des énergies de cette dernière dans votre existence.

Même quand on ne peut reconnaître une espèce de buse d'une autre, on peut au moins dire que l'oiseau appartient à cette famille. Toutes les buses sont impressionnantes et exaltent l'imagination. Leur don pour la chasse, leur vue exceptionnelle, leurs vols puissants et d'autres comportements sont des symboles

dynamiques.

Chez la plupart des rapaces, les couleurs des mâles et des femelles d'une même espèce sont très similaires. Mais c'est pratiquement toujours la femelle qui est la plus grande. Cette caractéristique est très liée au fait que c'est la mère qui garde le nid. De nombreuses buses s'accouplent pour la vie ; la buse à queue rousse est de celles-là. C'est souvent le nombre de saisons consacrées à élever des petits qui détermine le temps de vie des oiseaux en couple.

Un examen des espèces spécifiques de buses et de leurs comportements sera très instructif. Par exemple, le nom du balbuzard pêcheur renvoie à son alimentation principale (il en va de même en anglais où, si on le connaît sous le nom d'*osprey*, il est aussi appelé *fish hawk*, busard pêcheur). Cet oiseau splendide est souvent pris pour un aigle à cause de sa tête presque totalement blanche, mais c'est bien la seule grande buse qui a le dessous du corps blanc. On trouve de très nombreux balbuzards pêcheurs dans les régions côtières, comme si ce ventre blanc reflétait l'écume blanche des eaux dans lesquelles il chasse. On peut citer d'autres exemples comme l'épervier de Cooper (*Cooper's hawk*), l'autour (*goshawk*) et l'épervier brun (*sharp-shinned hawk*) qui se nourrissent fréquemment d'autres oiseaux. S'il leur arrive de manger des rongeurs et autres petits mammifères du même ordre, la plupart de leurs proies ont des plumes. En quelque sorte, cela rappelle la vieille idée selon laquelle on devient ce que l'on mange.

Je n'ai pas la place ici pour évoquer toutes les caractéristiques des différentes buses, mais je vais quand même examiner une espèce plus précisément. Cette espèce, c'est la plus nombreuse en Amérique du Nord de toute la famille des buses, la buse à queue rousse. Comme on le devine, elle doit son nom à la coloration des plumes de sa queue. Mais seules les queues rousses adultes arborent cette couleur. Les jeunes de cette espèce ont les yeux plus clairs, ce qui les distingue des buses plus matures.

La buse à queue rousse

Ce puissant oiseau peut éveiller votre pouvoir visionnaire et vous orienter vers le but de votre vie. C'est l'oiseau messager et, partout où il se montre, faites attention : un message arrive.

La queue rousse est très symbolique. Elle a des liens avec la Kundalini, le siège de la force vitale primordiale. Dans le corps humain, elle est associée au chakra racine, situé à la base de la colonne vertébrale, au niveau du coccyx ou du sacrum. Ceux qui ont une buse à queue rousse pour totem vont travailler avec la Kundalini. Cela peut aussi vouloir dire que cet oiseau ne va intervenir dans votre vie qu'après l'activation de votre Kundalini. Mais cela peut aussi signifier que les visions de l'enfance sont elles-mêmes réactivées et réalisées. Ainsi, l'oiseau peut entrer dans votre existence au moment précis où vous commencez à vous concentrer plus activement sur le but de votre âme.

La buse à queue rousse est un membre de la famille des *buteo*, c'est-à-dire du groupe des buses volant le plus haut (le groupe le plus important de la famille des buses, les accipitridés). L'aptitude

à s'élever et à planer dans les courants aériens fait partie de ce que la buse peut vous enseigner. Si le vol planant est une caractéristique de l'espèce, le plus souvent, c'est perchée au sommet d'un arbre ou d'un pylône électrique qu'on va la voir, en train d'utiliser son regard perçant pour localiser une proie. Elle nous apprend à nous élever tout en gardant les pieds sur terre.

Les buses sont occasionnellement harcelées et attaquées par de plus petits oiseaux. C'est très significatif pour ceux d'entre vous qui l'ont pour totem. Cela indique que vous avez de grandes chances d'être attaqués par des personnes qui ne vous comprendront pas, vous ou les différentes et multiples utilisations que vous faites de votre énergie créatrice. Ces gens-là peuvent attaquer votre capacité à vous élever.

La buse à queue rousse est généralement la résidente permanente d'un territoire (même s'il peut lui arriver de migrer). Cette permanence signifie que si elle est votre totem, elle restera constamment avec vous dès qu'elle se sera montrée.

Si, en anglais, elle est improprement appelée parfois *chicken hawk* (littéralement « buse à poules »), la buse à queue rousse se nourrit principalement de lapins, de rongeurs et de serpents. Elle a un régime alimentaire très adaptable, ce qui lui a permis de survivre. La queue rousse a néanmoins été fréquemment accusée de tuer les poules, et pourchassée et tuée pour cela, alors qu'en réalité il s'agissait d'autres buses, telles que l'épervier de Cooper.

Il est généralement admis que la buse à queue rousse s'accouple pour la vie. Tant le mâle que la femelle s'occupent des petits. Deux ou trois œufs sont pondus au printemps. Le couple défend vigoureusement son nid contre les intrus. Ils restent fixés sur leur territoire pendant des années. Et ils peuvent vivre jusqu'à quatorze ans dans la nature.

Ce « 14 » est signifiant. La 14e carte du Tarot est la Tempérance. C'est la carte qui représente l'enseignement de manifestations supérieures du psychisme et de la vision. On peut l'utiliser dans le développement de la projection astrale – des vols hors du corps. Tout cela a encore des liens avec l'activation de vos énergies vitales (Kundalini) et l'expression la plus manifeste

de celle-ci. Ce nombre est donc lié aux forces archétypales qui enseignent la beauté et l'harmonie dans la modération. Il détient la clé vers de plus hauts niveaux de conscience.

S'élever vers un niveau supérieur peut entraîner un développement rapide des énergies psychiques. La buse à queue rousse nous aide à nous équilibrer et à utiliser ces sens de manière appropriée. Elle nous enseigne l'équilibre nécessaire pour découvrir notre véritable but dans la vie. Si vous avez une buse à queue rousse comme totem, méditer sur la 14e carte du Tarot vous aidera à voir comment ce rapace peut vous apprendre à utiliser votre énergie créatrice pour manifester cet objectif de l'âme.

Le rouge de la queue rousse révèle qu'une plus grande intensité énergétique est à l'œuvre dans votre vie. Il montre que l'intensité des forces physiques, émotionnelles, mentales et spirituelles est renforcée. Cet oiseau est un catalyseur stimulant l'espoir et la maturation de nouvelles idées. Il traduit un besoin d'être ouvert à la nouveauté ou il vous montre des voies qui vous aideront à convaincre les tiers de s'ouvrir à la nouveauté.

Pour les Indiens pueblos, la buse à queue rousse était appelée « aigle rouge ». Ses plumes et ses énergies étaient utilisées dans les cérémonies de guérison et pour faire venir la pluie et les eaux nécessaires à la vie. Pour les Indiens ojibwés, elle représentait le commandement, la réflexion consciencieuse et la prévision de l'avenir. « La buse est semblable à Mercure, le messager des dieux. La médecine de la buse vous apprend à être observateur… La vie vous envoie des signaux[3]. » La queue rousse peut déployer ses ailes à une grande amplitude et elle peut vous apprendre à utiliser vos énergies créatrices de la même manière. Ainsi peut-elle développer et amplifier la vision de votre vie.

Le bec et les serres sont toujours commentés par les observateurs. Ils sont les traits les plus frappants de n'importe quelle buse, mais particulièrement de la queue rousse. C'est un oiseau intrépide capable d'attraper des serpents venimeux. Il a des écailles sur les pattes pour se protéger contre les morsures empoisonnées, et dès qu'il a attrapé le reptile, il lui coupe la tête.

Au cours d'un de mes périples vers le Colorado, alors que je traversais le Kansas, j'ai eu la chance de voir une queue rousse fondre sur un serpent. En quelques secondes, il a repris son vol en me coupant la route. J'ai pu voir la tête du serpent pendouillant et ne tenant plus qu'à quelques lambeaux de chair. Cela s'est passé si vite que le temps que je comprenne ce qui s'était passé, le rapace avait déjà disparu.

En raison de la puissante énergie (la force vitale amplifiée) activée par ce totem, l'individu qui travaille avec celui-ci doit faire attention à la manière de s'exprimer et d'agir. Vous allez déployer en vous la capacité de trancher la tête de tous les « serpents » de votre vie ou de tout ce que vous percevez comme un ennemi. Vos commentaires et vos actions seront comme le bec et les serres de la buse : forts, puissants, avec une capacité de déchirer, de couper et/ou de tuer.

Le plumage de la queue rousse connaît deux phases dans l'année. Les deux sont significatives pour ceux qui l'ont pour totem. En été, il est un peu plus clair et, en hiver, plus sombre. Le clair symbolise souvent des types d'énergie plus joyeuses et plus sociables. Les phases plus sombres peuvent refléter un temps pour rester seul ou pour s'effacer un peu. La queue rousse et ses phases de couleur nous préservent aussi de flamboyer si vivement et si intensément que nous pourrions nous consumer.

Le ciel est le royaume de la buse. Par son vol, il communique tant avec les humains qu'avec le Grand Esprit créateur. Il réveille notre vision et inspire notre maturation d'un but de vie créatif.

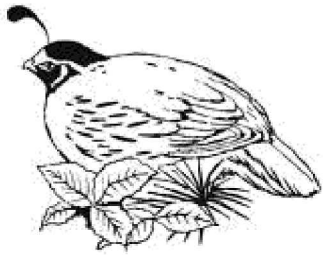
CAILLE

Points clés : Alimentation et protection de groupe

Cycle de puissance : Printemps et automne

La caille fait partie de la famille des oiseaux apparentés à la poule et que l'on appelle les galliformes (ou plus communément gallinacés). Cette famille intègre notamment les poules, donc, mais aussi les faisans, les coqs de bruyère, les dindes, et d'autres du même genre. En fait, les cailles ont quasiment les mêmes

mœurs et habitudes que les poules. Il vous faudra par conséquent également les étudier si une caille est apparue dans votre vie.



Parce qu'elles sont considérées comme ayant une excellente chair, elles ont fini par être couramment associées avec l'alimentation dans bien des domaines. Leurs accouplements frénétiques leur ont aussi valu une réputation de sexualité débordante et de fécondité. Dans la Grèce antique, elles étaient considérées comme un symbole du retour du printemps.

Le colin de Virginie fait partie de la famille des cailles, comme l'indique un de ses noms anglais, *Virginia quail* (« caille de Virginie »). Mais son nom anglais le plus courant, *bob-white*, est dû à son cri particulier : on croirait effectivement distinguer les syllabes *bob-white*. Ainsi, cette vocalisation singulière et le fait que cet oiseau crie son propre nom ont conduit à l'associer avec le mysticisme des noms. Cet oiseau peut vous aider à découvrir le nom de votre âme, votre nom « divin », celui qui va vous accompagner de vie en vie. Le colin de Virginie a la connaissance du pouvoir des noms et du processus d'attribution de ceux-ci. Entendre le cri de la caille au cours de la semaine précédant ou suivant la naissance d'un enfant peut indiquer que vous avez choisi le meilleur nom, le plus bénéfique, pour ce bébé.

Les cailles vivent en groupes appelés volées. Par temps froid, elles vont souvent se blottir les unes contre les autres pour se tenir chaud. Fréquemment, elles se serrent en cercle sur le sol, les queues au centre et la tête tournée vers l'extérieur. Elles sont alors comme les rayons d'une roue. Cette posture leur permet de

s'envoler dans toutes les directions pour désorienter un prédateur quand elles sont menacées.

La caille a une formidable aptitude à déceler facilement un danger. Elle s'envole alors avec un cri puissant et sonore qui surprend le prédateur, le distrait un instant et permet au groupe de s'échapper. La caille peut vous apprendre à être conscient des dangers et à filer avec ostentation, dans un grand « feu d'artifice », pour vous mettre en sécurité en cas de menace. En somme, elle vous apprend comment ne pas hésiter en temps de crise.

CANARD

Points clés : Confort émotionnel et protection

Cycle de puissance : Printemps et été

Le canard est probablement le plus commun des oiseaux d'eau douce. Du fait de sa connexion avec l'eau, il est lié aux énergies féminines, au plan astral et aux états émotionnels des humains. L'eau est nécessaire à toute vie sur terre. Rien ne peut vivre sans elle. Les canards nous rappellent de boire les eaux de la vie mais aussi de nourrir nos natures émotionnelles.

Toutes les espèces de canard nagent. Certaines peuvent même plonger jusqu'à 30 mètres (cent pieds). D'autres se nourrissent en plongeant sous l'eau, ce qui nous invite à aller chercher notre subsistance dans nos émotions. Tous les canards vivent près de l'eau ou dessus, sauf le canard des bois (ou canard carolin). Sur terre, ils ne se déplacent pas aussi bien. Pour ceux qui ont un canard pour totem, cela peut refléter une inaptitude à se sentir à l'aise avec la plupart des gens croisés dans leur vie. Et, corrélativement, cela peut traduire un besoin de trouver son confort au sein de son propre « élément » et avec ceux qui ont le même état d'esprit qu'eux. Les canards peuvent nous indiquer que nous sommes sur le point d'avoir une telle opportunité.

Le canard carolin ou canard des bois (*wood duck*)
Le canard des bois est une espèce unique parmi les canards en ce qu'il peut monter aux arbres. À dire vrai, il vit même dedans. Mais comme tous les canards, il peut nous aider à nous connecter avec les énergies archétypales capables de nous permettre de développer dans nos vies une plus grande sensation de confort émotionnel et de protection.

Les canards ont joué des rôles importants dans d'autres pays et cultures, ce qui peut attirer notre attention vers des connexions avec des vies passées. Les Égyptiens ont été les premiers à domestiquer des canards. Les Chinois ont eux aussi été des pionniers dans l'art de l'élevage du canard. Voilà deux exemples tout simples que l'on peut explorer.

Les couleurs des canards vont aussi pouvoir vous aider à déterminer le rôle spécifique qu'ils vont jouer dans votre existence. La plupart d'entre eux arborent toute une variété de coloris, allant du blanc à la riche irisation bleu-vert des colverts et des canards des bois.

Le colvert est l'un des canards les plus prolifiques. Il est bon qu'il en soit ainsi, car il est aussi l'un des plus chassés. Ils peuvent être très affables et manifester une grande palette d'émotions. Ils s'acclimatent très aisément (les éthologues parleraient d'empreinte). Pendant plusieurs années, j'ai participé au programme « Adopte un canard » (Adopt-a-duck) organisé lors de chaque fête de Pâques par le musée d'Histoire naturelle de Dayton. Les colverts étaient élevés jusqu'à un âge suffisant pour être relâchés dans la nature afin de repeupler certaines zones.

Les canards me suivaient partout dans la maison et le jardin. À tous points de vue, j'étais à la fois leur père et leur mère. Ces oiseaux montrent une grande disposition à faire preuve d'affection et à vivre en communauté. Ils aiment être entourés. Ils retourneront aussi toujours vers les endroits où ils se sentent en sécurité et dans une situation confortable. Les canards peuvent parfois nous rappeler de retourner dans ces parties de nous-mêmes ou dans des activités où nous nous sentons pareillement en sûreté et à l'aise.

Au cours de l'été, la plupart des colverts traversent une phase d'« éclipse » – une période où ils ne s'envolent pas. Au cours de cette période, ils revêtent le plumage gris-vert des femelles qui leur offre une protection supplémentaire, le temps d'élever les canetons. Même les petits vont à l'eau facilement, ce qui nous incite à ne pas nous fermer à nos émotions. Nous devons chercher à explorer celles-ci autant que tous les autres aspects de nos vies.

Le canard des bois est un autre canard très coloré. L'irisation de ses ailes traduit une sorte de spiritualité qui va s'ouvrir à vous dès que vous allez commencer à évoluer dans votre élément. Les canards des bois se perchent tous dans les arbres et leurs pattes palmées présentent des doigts qui les aident à y grimper. Ils font leur nid bien au-dessus de l'eau dans des branches creuses ou de grands trous – du type de ceux que percent les pics.

Il est difficile de dire comment les petits quittent leur nid et vont à l'eau. Mais il est généralement admis que les canetons peuvent sauter tout seuls de l'arbre et que c'est bien ce qu'ils font. En

général, les canards des bois ont quantité d'habitudes étranges – bien plus qu'il n'est possible d'évoquer dans ce livre. En les étudiant, vous allez trouver bien des manières d'appliquer ces habitudes dans votre propre vie.

Tous les canards évoluent avec grâce sur l'eau. Ainsi, en tant que totems, ils vont vous montrer comment mieux gérer vos émotions, avec grâce et aise. Ils vous apprennent à évoluer dans les différentes eaux de la vie. De nombreux psychologues et thérapeutes ne pourraient faire mieux que d'avoir un canard pour totem afin de les assister dans l'aide qu'ils apportent à leurs patients pour dénouer leurs écheveaux émotionnels.

CANARI

Points clés : Le pouvoir du chant et de la voix

Cycle de puissance : Toute l'année

Le canari n'est pas natif d'Amérique. En réalité, il est originaire de ce que nous appelons justement aujourd'hui les îles Canaries. C'est un membre de la famille des fringillidés (*finch*) à laquelle appartiennent aussi les bouvreuils et les pinsons. Il sera donc opportun d'étudier également les généralités sur cette famille.

À l'origine, les canaris possédaient un plumage vert olive ou jaune verdâtre, strié de noir et de jaune. Mais des siècles de domestication ont donné un canari uniformément jaune. Cette domestication a aussi amélioré son chant.

En Allemagne, il existait un centre d'élevage des canaris qui, en outre, les entraînait au chant. Celui-ci avait pour cadre les montagnes du Hartz. « Hartz » est un des noms de marque les plus familiers aujourd'hui en matière de produits pour animaux domestiques – particulièrement pour l'alimentation des oiseaux. Par cet intermédiaire, les canaris et ceux qui les ont pour totems sont liés aux « maîtres chanteurs » de jadis. Les fraternités de ménestrels existaient en Europe au Moyen Âge. L'une d'elle était la fraternité (ou corporation) de la Couronne à Strasbourg, et une autre avait été formée par Saint-Nicolas de Vienne en 1288. En Allemagne, spécifiquement, il existait une célèbre guilde de

maîtres chanteurs à Nuremberg. Ces écoles enseignaient le pouvoir du son, de la musique et de la voix – au double plan physique et spirituel. Cela faisait partie de la tradition bardique, telle que nous la connaissons aujourd'hui[4].

Ceux qui ont le canari pour totem sont peut-être connectés par leurs vies passées à cette guilde. Cela peut aussi signifier que vous allez en apprendre davantage sur les mystères du son, de la musique et de la voix, afin de guérir et de bonifier votre vie et celle des tiers.

Le pouvoir de votre voix va être réveillé. Cela n'indique pas forcément une formation musicale. Qu'il soit parlé ou chanté, le son est une des forces les plus puissantes dans l'univers. Avec lui, vous pouvez guérir, instruire, éclairer, stimuler, réveiller l'intuition et manifester de la joie. Quand le canari se manifeste en tant que totem, il est temps pour vous de vous demander quel chant vous avez chanté. Des notes aigres, des fausses notes en somme, se sont-elles fait entendre dans votre vie ? D'où viennent-elles ? Vous allez peut-être constater que ce que vous dites avec tendresse sera ressenti d'autant plus tendrement. Tandis que ce que vous dites durement touchera plus profondément encore. Tout ce que vous exprimez a un plus grand impact quand le canari réveille en vous le pouvoir du son, de la musique et de la voix.

Les canaris reflètent généralement un réveil et une stimulation des centres de la gorge et du cœur, qui procure une capacité accrue à sentir et à exprimer des sentiments. Apprendre à utiliser votre voix pour apporter du soleil dans la vie des tiers fait partie de ce processus.

On avait coutume d'emporter des canaris dans les mines de charbon pour détecter les émanations de gaz. Ils étaient si sensibles que si du gaz était présent, ils mouraient presque instantanément. De nouveau, cela traduit une connexion avec la sensibilité extrême des centres – ou chakras – de la gorge et du cœur. Cela peut aussi vouloir dire qu'il vous faut être attentif au type d'atmosphère que vous créez avec vos paroles ainsi qu'à celles auxquelles vous vous exposez de la part des autres.

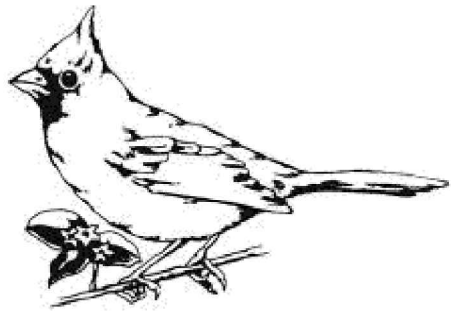
L'air frais est essentiel pour le chant du canari et il en sera de plus en plus de même pour vous. Observez les atmosphères auxquelles vous vous exposez. Avec du temps et de la pratique, vous constaterez que votre vie commence à adopter de nouvelles tonalités et que les fausses notes, les notes les plus amères, disparaîtront.

CARDINAL

Points clés : Vitalité régénérée par une reconnaissance de sa propre importance

Cycle de puissance : Toute l'année (souvent selon un rythme duodécimal – 12 heures, 12 jours, 12 semaines, 12 mois, 12 ans…)

La plupart des gens n'ont guère de difficultés à reconnaître ces oiseaux rouges. Eux aussi font partie de la famille des fringillidés et donc, encore une fois, une étude des généralités les concernant sera utile à ceux qui les ont pour totems. À la différence de nombreux autres oiseaux, ils sont généralement présents toute l'année et on peut donc avoir accès à leur influence et aux énergies archétypales qui leur sont associées en permanence. Ils nous rappellent que quel que soit le moment de la journée ou de l'année, nous avons toujours la possibilité de régénérer notre vitalité et de constater l'importance du rôle que nous jouons dans nos vies.



Le cardinal

La présence du cardinal reflète un moment idoine pour régénérer notre vitalité. Il nous apprend à accepter et à développer le sens de notre propre importance.

Le cardinal émet un sifflement fort et clair. Les sifflements sont souvent des invitations à écouter attentivement – à faire attention à ce qui souffle dans le vent. Dans le cas du cardinal, les femelles se joignent au sifflement, ce qui est inhabituel chez les oiseaux. Le message qu'il faut y voir est que nous devrons écouter plus attentivement notre voix intérieure (la féminine) pour notre santé et notre bien-être. Dès lors que la plupart des oiseaux femelles restent généralement silencieuses et camouflées, une cardinal totem traduit généralement un besoin d'affirmer plus fortement les aspects féminins de créativité et d'intuition.

Tous les cardinaux sont bienveillants et amicaux. Ils mangent de nombreuses graines de mauvaises herbes et des insectes nuisibles. La cigale au cycle de dix-sept années (dite aussi « cigale dix-sept ans », *magicicada septendecim*) est de ceux-là. Les cardinaux peuvent nous dire d'être plus attentifs et rigoureux quant à notre régime alimentaire, que ce que nous mangeons peut nous être néfaste et affecter notre vitalité en général.

Les cardinaux pondent trois ou quatre œufs qui éclosent en environ douze jours. Si l'on rapproche ce nombre de leurs douze mois de présence par an, cela nous indique que le rythme duodécimal va devenir de plus en plus proéminent dans votre vie.

Le cardinal mâle fait un bon père et il partage même souvent avec la femelle la tâche de couvaison de l'œuf. Par ailleurs, c'est le mâle qui va toujours nourrir la femelle pendant qu'elle se trouve dans le nid, ainsi que les oisillons. Curieusement, alors que le plumage du mâle est normalement plus vif et coloré, lorsqu'il partage le travail d'incubation, sa couleur adopte quasiment celle de la femelle pour des questions de camouflage. La leçon qu'il faut retenir de cette circonstance concerne la responsabilité et la reconnaissance de l'importance de la tâche en cours.

Les couleurs de la tête du mâle sont généralement vives, tandis que celles de son dos et de ses ailes seront souvent plus ternes. La crête colorée est un avertissement lancé à ses rivaux, tandis

que les couleurs plus neutres contribuent à le protéger.

Ces oiseaux doivent leur nom aux cardinaux de l'Église catholique romaine qui, eux aussi, portent une belle robe rouge. Si c'est votre totem, cela peut révéler des connexions dans vos vies passées avec la religion, ou même une revitalisation de croyances religieuses plus traditionnelles, quelle que soit leur dénomination.

CHARDONNERET

Points clés : Éveil aux esprits de la Nature

Cycle de puissance : Solstice d'été et saison estivale

Le nom anglais du chardonneret, *goldfinch* (littéralement « pinson doré ») est dû à son plumage estival d'un beau jaune étincelant. Il a aussi des ailes noires et une calotte noire sur la tête. Cette combinaison de couleurs est très symbolique.

Le jaune et le noir sont les couleurs de l'archange Uriel. Elles sont utilisées en méditation et en rituel pour invoquer cet aspect de cet être angélique qui supervise l'activité des esprits de la Nature – les fées, les elfes et les dévas. Le point culminant de l'activité de la Nature est atteint pendant l'été, son zénith étant le solstice d'été lui-même.

La présence des chardonnerets indique généralement un réveil des activités de ces êtres qui sont normalement relégués au domaine de la fiction. Le chardonneret peut vous aider à approfondir vos perceptions pour vous permettre de voir vous-mêmes et de faire l'expérience des activités des esprits de la Nature. Cet approfondissement des perceptions est exprimé par la calotte noire – un réveil à ce qui est normalement caché à notre vue.

Les chardonnerets sont généralement des résidents permanents et, dans les zones où ils résident, vous trouverez aussi les fées et les elfes. Ces oiseaux aiment les zones intermédiaires et les secteurs dégagés avec de jeunes broussailles comme on en voit sur les bordures de routes, autour des haies sauvages, aux orées des bois, dans les plaines

inondables ou autres prairies ouvertes. Les orées, haies et bordures sont des intersections où se nichent des passages naturels vers d'autres mondes.

Même leurs habitudes de nidification reflètent ce lien avec les zones « frontières », les « lieux jumeaux ». Ils construisent leurs nids dans la fourche d'une branche haut perchée. Le nid est d'ordinaire fait de duvet de chardon. Le chardon est associé de longue date avec les esprits de la Nature et les aspects curatifs des animaux. Un chardon béni était jadis utilisé pour invoquer le dieu Pan. Le chardon a été un symbole d'endurance. C'est grâce à l'endurance et à la persévérance que nous pouvons ré-ouvrir le royaume des fées. Les chardonnerets peuvent nous aider à nous connecter à ces esprits de la Nature susceptibles de nous montrer comment guérir les animaux – tant sauvages que domestiques.

Les chardonnerets sont rarement silencieux. En soi, il s'agit là d'un rappel que la Nature s'adresse constamment à nous et que nous devons apprendre à écouter et à communiquer avec elle à tous les niveaux. Et cela signifie donc que les esprits de la Nature sont en permanence autour de nous.

En hiver, le chardonneret mâle perd sa calotte noire, et le jaune vif de ses plumes vire à l'olivâtre. C'est encore ici une expression du lien du chardonneret avec le monde des esprits de la Nature. En hiver, ils se replient, travaillant plus dans la terre en délaissant les activités externes plus évidentes au printemps ou en été. Cela ne signifie pas qu'ils ne sont pas là, mais simplement qu'ils sont moins aisément perçus.

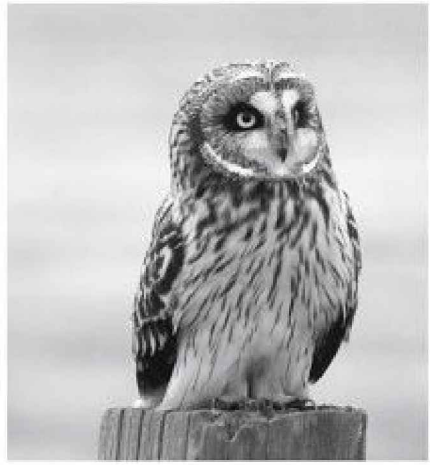
Le chardonneret a en outre un vol ondulatoire (avec des mouvements de bas en haut et de haut en bas). Ce rythme et ce schéma de déplacement peuvent être utilisés en visualisation pour libérer les énergies subtiles de l'aura et faciliter les sorties hors du corps. Les ondulations reflètent aussi la capacité des chardonnerets à nous guider vers les mondes intérieurs et extérieurs, du monde des humains au monde des fées, du physique au spirituel.

CHOUETTE, HIBOU

Points clés : Le mystère de la magie, les présages et augures, la sagesse silencieuse, et la vision nocturne

Cycle de puissance : La nuit, toute l'année

Aucun oiseau n'est entouré d'autant de mythes et de mystères que la chouette. Mais la plupart des perceptions de cet oiseau sont quelque peu embrouillées. Il n'est pas rare d'obtenir des opinions totalement antagonistes sur la chouette. Une très vieille aura de mystère l'environne. C'est en partie dû au fait qu'elle est un oiseau nocturne et que la nuit a toujours paru mystérieuse aux humains.



Le mystère des chouettes

Le hibou des marais (ci-dessus) est un des oiseaux de proie les plus doués et les plus courageux en vol – il surpasse même au vol le busard.

La chouette est un symbole du féminin, de la lune et de la nuit. On a pu la qualifier de « chat à ailes ». On l'a vénérée comme une idole et détestée comme l'incarnation du diable. On croyait qu'elle possédait de grands pouvoirs de guérison, tant en Amérique du Nord que sur d'autres continents. En raison de son association avec la lune, elle a des liens avec la fertilité/fécondité et la séduction, car la lune est la stimulatrice des hommes et des chouettes. La chouette est l'oiseau de la magie et des ténèbres,

de la prophétie et de la sagesse.

Pour les anciens Grecs, la chouette était associée avec la déesse Athéna et elle était un symbole de la plus haute sagesse. C'était la gardienne de l'Acropole. Pour les premiers gnostiques chrétiens, elle était associée à Lilith, la première femme d'Adam qui refusa de lui être soumise. Pour les Indiens pawnees, elle était un symbole de protection. Pour les Indiens ojibwés, elle était symbole du mal et de la mort. Pour les Indiens pueblos, elle était associée à l'homme-squelette, le dieu de la mort, mais qui était aussi un esprit de fécondité. « La médecine de la chouette est symboliquement associée à la voyance, aux projections astrales et à la magie – tant noire que blanche[5]. »

De nombreuses superstitions et croyances lui ont été associées. On pensait que les chouettes étaient les réincarnations des morts. Au pays de Galles aussi, la chouette a été associée à la fertilité. Si on l'entendait dans les parages d'une fille enceinte, cela annonçait une naissance facile[6]. Selon la croyance prédominante, la chouette aurait été capable de percer tous les secrets. Dans la Rome antique, on pensait que placer une plume ou une autre partie de la chouette sur une personne endormie permettait de découvrir ses secrets. Tout cela est lié à l'un de ses « points clés », particulièrement à sa vision et à son ouïe affûtées.

La chouette est un oiseau de nuit et la nuit est depuis longtemps un symbole du côté sombre intérieur – l'endroit où les individus cachent leurs secrets. La chouette a une excellente vue et une ouïe aussi fine. En une seconde, elle peut ajuster son regard et passer d'une vision télescopique à une vision microscopique. Les pupilles réagissent en une fraction de seconde aux changements infimes d'intensité lumineuse. Les yeux de la chouette sont particulièrement adaptés à la détection de mouvements subtils. Pour les aider en cela, ils ont aussi, dans la rétine, des cônes et des bâtonnets extrasensibles à la lumière.

La coloration jaune de ses yeux est également très symbolique. Elle rend les yeux beaucoup plus expressifs, mais elle donne surtout l'impression de rendre vivante la lumière du soleil dans les ténèbres de la nuit. En un sens, le soleil vit à travers la chouette la

nuit. Méditer sur cela suffirait déjà à vous révéler beaucoup de choses sur la magie de la chouette dans votre vie. Contrairement à la croyance populaire, la chouette voit très de jour aussi. Sa vue est simplement plus efficace et plus perçante la nuit.

Même au plus sombre de la nuit, avec sa vision aiguë, une chouette peut repérer la localisation exacte de sa proie. Et son ouïe est aussi développée que sa vue. Ses oreilles sont asymétriques et l'une est généralement plus grande que l'autre. Elles sont aussi positionnées dans des endroits différents de la tête. Cela lui permet de bien organiser la provenance des signaux auditifs captés et de localiser ses proies plus facilement encore.

La chouette effraie peut repérer sa proie aussi aisément, voire plus aisément, avec ses oreilles qu'avec ses yeux. Elle fait pivoter sa tête et la balance d'avant en arrière pour repérer les bruits de ses proies avec une grande précision. Elle peut aussi produire des claquements secs par périodes avec son bec (voire sa langue) comme une sorte d'écholocalisation.

Celui qui travaille avec la médecine de la chouette sera capable de voir et d'entendre ce que d'autres essayent de cacher. Vous allez entendre ce qui n'est pas dit et vous verrez ce qui est dissimulé ou dans l'ombre. Vous allez détecter et repérer les subtilités. Cela peut fort bien mettre des tiers dans une position inconfortable, car ils ne vont pas être en mesure de vous duper quant à leurs mobiles et leurs actions. Les individus « chouettes » manifestent une aptitude unique à voir dans les ténèbres des âmes et de la vie des autres. Cette aptitude visuelle et auditive – effrayante pour beaucoup – a des liens métaphysiques avec les dons de voyance et de clairaudience.

La chouette rayée

La chouette rayée est la championne des chanteuses chez les chouettes. Tandis que les grands-ducs sont majestueux, distants et dangereux, les chouettes rayées sont assez inoffensives, même si elles peuvent essayer de paraître menaçantes.

En qualité d'oiseau nocturne, la chouette peut vous enseigner tous les secrets de la nuit. Ces secrets intègrent tout ce qui transpire quand le soleil a disparu. Les chouettes sont les yeux de la nuit et elles voient ce qui n'est pas au grand jour, au vu et su de tout le monde. Elles détiennent une connaissance secrète qu'elles peuvent partager. Leur médecine peut percer tous les secrets et mystères.

Il existe plus d'une centaine d'espèces de chouettes. Elles ont toutes un lien intime avec les humains. Là où vivent des hommes, il y a aussi de petits rongeurs qui sont l'alimentation primordiale des chouettes. De ce fait, ces rapaces nocturnes vivent là où vivent les humains. Le triste revers de cette médaille, c'est que les

chasseurs et les fermiers tuent fréquemment les chouettes en pensant qu'ainsi, les chats maîtriseront mieux les rongeurs nuisibles. Or rien n'est plus éloigné de la vérité. Une chouette effraie peut tuer dix fois plus de souris qu'un chat en une seule nuit, et encore davantage si elle a des petits à nourrir.

Comme les hommes, les chouettes clignent des yeux en fermant la paupière supérieure, ce qui leur donne un air « humain » ajoutant à leur mysticisme. Mais à la différence des humains, leurs yeux sont fixes. En revanche, leur cou est flexible, ce qui leur permet un large éventail de vision périphérique. Contrairement à ce qu'on croit parfois, elles ne peuvent pas tourner totalement la tête à 360°, mais elles la bougent si rapidement (sur 270°) qu'elles en donnent l'impression. Ceux qui font leur la médecine de la chouette seront bien avisés de méditer sur le symbolisme du cou et de sa flexibilité. Si votre cou est raide et inflexible, vous entravez considérablement vos perceptions. Pour tous ceux qui ont la chouette pour totem, des massages du cou seront très bénéfiques.

Le mystère des chouettes

Le grand-duc (ci-dessus) et le petit-duc (à droite) sont des deux chouettes les plus communes. Les deux ont des aigrettes qui ressemblent à des oreilles, mais n'en sont pas. Ces « oreilles qui n'en sont pas » les ont rendus symboliques de la capacité d'entendre ce qui est tu. La chouette effraie (page suivante) est parfois appelée « dame blanche », mais aussi « chouette fantôme », en raison de sa couleur et de son vol silencieux. Elle est un vieux symbole des contacts avec les esprits ou les spectres.

Comme les buses et d'autres oiseaux de proie, la chouette possède une troisième paupière – ou membrane – nictitante qui se déplace latéralement. Elle humidifie et nettoie la surface de l'œil, éclaircissant ainsi sa vision. Encore une fois, cela symbolise beaucoup quant à l'ouverture pour vous d'une nouvelle vision ou d'une nouvelle perspective. Cela veut souvent dire que vous êtes né avec une très grande qualité de perception ou d'intuition – sous-tendant une grande aptitude à la vision ou à la perception des autres, que vous n'aurez peut-être pas remarquée ou reconnue jusque-là. Fréquemment, ceux qui ont une chouette pour totem ont un don unique pour voir dans les yeux et les âmes des tiers. Souvent, on rejette ces perceptions en croyant qu'il s'agit de purs fruits de l'imagination ou en se disant simplement : « Mais bon sang, pourquoi je pense *ça* de cette personne ? » Or,

positives ou négatives, vous devriez vous fier à ce genre de « visions ».

Les coutumes d'accouplement et de reproduction des chouettes suivent des schèmes semblables à celles d'autres oiseaux. Le mâle accroît ses danses et ses hululements pour attirer l'attention de la femelle. Beaucoup de chouettes aiment vivre seules et ne se rassemblent que pour se reproduire. Donc la femelle – et particulièrement celle du grand-duc – ne s'accouple que lorsqu'elle est vraiment sûre du mâle. Certaines chouettes s'unissent pour la vie, comme la chouette effraie. D'autres s'accouplent et ne demeurent ensemble que le temps pour les jeunes chouettes de quitter le nid.

De nombreuses chouettes ne construisent pas de nid. Elles pondent leurs œufs dans les fourches des arbres ou utilisent les nids abandonnés par d'autres oiseaux. Du fait de ces pratiques de nidification inhabituelles, il est fréquent de trouver des oisillons ou de jeunes chouettes au pied de grands arbres d'où ils ont chuté. Bien des gens les ramassent alors en croyant qu'ils sont abandonnés. C'est rarement le cas. Même s'ils sont seuls, la mère va continuer de s'occuper d'eux.

Généralement, seule la femelle couve et s'occupe de sa nichée, mais le mâle alimente sa partenaire et ses petits en leur apportant régulièrement des souris. Un mâle nourrissant ainsi la femelle et sa nichée peut tuer des dizaines de souris ou d'autres petits rongeurs du même ordre en une seule nuit. Cela atteste de son grand talent de chasseur et du contrôle de la population de rongeurs que la chouette peut assumer dans un environnement.

Les chouettes volent silencieusement : le bord avant de leur aile possède une frange souple qui atténue les frottements de l'air. La plupart des chouettes ont des ailes proportionnellement grandes au regard de leur taille. Cela permet à l'oiseau de voler lentement et en douceur, en facilitant leur chasse silencieuse. Ce silence est incontestablement à pratiquer par tous ceux qui ont la chouette pour totem. Gardez le silence et faites ce que vous avez à faire. Cela vous apportera la plus grande réussite.

Certaines espèces de chouettes sont en danger, ce qui est en

partie dû à la destruction de leur habitat et à une chasse irraisonnée. La chouette tachetée en est un bon exemple. La chouette effraie elle-même est menacée voire en danger dans de nombreux États d'Amérique du Nord. C'est principalement dû, dans son cas, à la chasse et au fait qu'elle soit perçue comme un fléau.

De nombreuses études ont été réalisées sur les chouettes au regard de leurs proies. Ce sont leurs fameuses « pelotes de réjection » qui permettent ces examens. Une chouette avale généralement sa proie en entier, la tête la première. Les parties inassimilables (os, fourrure, dents, griffes, etc.) sont régurgitées sous la forme de pelotes. C'est un acte très symbolique auquel on peut trouver quantité de sens. En avalant sa proie tête la première, la chouette ingère la sagesse et l'énergie de celle-ci. Quant à la régurgitation, elle reflète la capacité à éliminer les aspects qui n'apportent aucun bénéfice et sont même malsains pour l'oiseau.

Il est important d'étudier non seulement les caractéristiques individuelles de chaque espèce de chouette, mais aussi celles de toutes les chouettes en général. Cela vous aidera à déterminer exactement comment la chouette va vous affecter, ainsi que votre vie. Dans le contexte de cet ouvrage, je ne vais pouvoir examiner que six chouettes en particulier, ce qui suffira à vous fournir des éléments pour comprendre comment connecter au mieux votre chouette totem avec votre vie.

Certaines chouettes ont un rapace « miroir ». Si la chouette est lunaire et nocturne, d'autres rapaces sont solaires et diurnes. Or on constate que des chouettes et des rapaces partagent le même territoire, l'un chassant, tandis que l'autre fait de même la nuit. Ils ne s'entendent pas forcément mais ils se tolèrent à différents degrés. On peut voir cela comme des médecines s'équilibrant. Ainsi, des méditations et des rituels relatifs à la chouette et à son équivalent « solaire » peuvent être utilisés en parallèle. On peut s'en servir pour équilibrer le masculin et le féminin.

Par exemple, on peut associer des plumes de chouette et de buse pour un bouquet à rêves afin de stimuler le rêve lucide. Une

plume de buse à queue rousse pourra ainsi être nouée entre deux plumes de grand-duc et suspendue au-dessus du lit pour vous aider à imposer votre volonté dans un état de conscience onirique. Cela pourra servir à opérer une projection astrale ou simplement à contrôler le scénario de votre rêve pendant votre sommeil.

Les représentants les plus communs de chouettes et de leurs buses diurnes « miroirs » sont récapitulées dans le tableau ci-dessous :

Chouette		**Buse**
(Lunaire/Nocturne)		(Solaire/Diurne)
Grand-duc	=	Buse à queue rousse
Chouette rayée	=	Buse à épaulettes
Petit-duc	=	Crécerelle
Hibou des marais	=	Busard
Chouette harfang des neiges	=	Faucon gerfaut blanc

La première chouette que nous allons examiner est un hibou, en l'occurrence le grand-duc d'Amérique. C'est le prédateur le plus féroce et le plus efficace de toute la famille des chouettes en Amérique. Aussi puissant que rapide, il peut briser aisément le cou d'une marmotte. Il n'hésitera pas à attraper n'importe quelle proie se présentant. Il va même s'en prendre à d'autres oiseaux de proie. Ses serres formidables et son bec puissant impressionnent.

La buse à queue rousse est le plus souvent considérée comme l'équivalent solaire ou diurne du grand-duc lunaire et nocturne. C'est parce qu'ils peuvent l'un et l'autre nicher dans la même portion de territoire. Mais cela ne signifie pas pour autant qu'ils s'entendent. À dire vrai, le grand-duc harcèle tellement la buse à queue rousse que, si l'occasion se présente, cette dernière essayera quand même d'éliminer le hibou. Mais, en vérité, l'aigle royal est le seul rapace qui n'est ni intimidé ni effrayé par le grand-duc.

Cette férocité a permis au hibou de survivre et de s'adapter aux constants changements de l'environnement. Il attaque toute vie avec ferveur. Malheureusement, cette agressivité a interféré avec la réintroduction du faucon pèlerin sur ses anciens territoires. En l'absence du pèlerin, le grand-duc a élu résidence dans cet espace et n'entendait plus partager ni son habitat, ni ses ressources alimentaires.

Pour beaucoup, le hululement du grand-duc, particulièrement puissant et fréquent au moment de l'accouplement, est annonciateur du printemps. Son habitat favori est constitué par les zones boisées et denses de feuillus et de conifères. Mais il peut vivre pratiquement partout où il y a une source de nourriture.

La nourriture favorite du grand-duc est la moufette (*sconse*) et tous ceux qui ont le grand-duc pour totem pourront étudier la signification de la moufette (voir notamment l'entrée afférente du dictionnaire animal du présent ouvrage). Ce hibou n'a pas un odorat très développé et c'est probablement la raison pour laquelle il est le prédateur le plus redoutable de ce petit animal malodorant. Il sera bon aussi d'étudier les corneilles et les corbeaux car ceux-ci se liguent souvent pour assaillir les chouettes dans leur environnement. Les corvidés savent que si la chouette trouve leur habitat pendant la journée, il est probable qu'elle reviendra les visiter la nuit, quand les corbeaux ne seront en état ni de les voir, ni de les entendre approcher.

Les houppes sur le haut de la tête du grand-duc ne sont pas ses oreilles. Ce sont simplement des aigrettes de plumes. Les oreilles elles-mêmes sont positionnées plus bas sur la tête et,

comme toutes les chouettes, il a une ouïe extrêmement fine. Il peut entendre aussi bien, voire mieux qu'il voit.

Ensuite, il y a l'espèce de la chouette effraie commune. Cette chouette a un masque facial blanc en forme de cœur qui est unique parmi les chouettes. Il reflète sa capacité à relier le cœur et l'esprit. Cela fait partie de ce que ce rapace a à enseigner. Il a aussi des yeux noirs. Son plumage est chamois doré sur le dessus avec le poitrail blanchâtre.

La chouette effraie est connue sous plusieurs noms. Quand on l'aperçoit la nuit du dessous, elle a une apparence spectrale du fait de son plumage blanc. C'est cet aspect qui lui a valu le surnom de « chouette fantôme » (*ghost owl*). C'est un oiseau dont la médecine peut vous connecter aux vieux spectres et esprits qui hantent encore demeures et logis. Sa médecine peut donc servir à développer la médiumnité et le contact avec les esprits.

La chouette effraie est la maîtresse chasseresse. De nombreux fermiers les ont tuées et ont cherché à les remplacer par des chats. Malheureusement, ils n'ont souvent pas compris « qu'une paire de chouettes effraies en période de nidification peut éliminer plus de souris par nuit que dix chats réunis[7] ».

C'est l'ouïe de l'effraie qui la rend si douée pour la chasse. En fait, une grande partie de son cerveau est dédiée au décryptage des signaux auditifs qu'elle capte. Elle a la capacité d'utiliser l'écholocalisation, une sorte de sonar, pour localiser ses proies. Pour ceux qui l'ont comme totem, l'aptitude à entendre la voix intérieure et même les esprits (clairaudience) va assurément commencer à se développer.

Les chouettes effraies sont des opportunistes inventives. Elles savent très bien s'adapter et vont attraper leur nourriture partout où elles la trouveront. Leur proie la plus ordinaire est la souris, et ceux qui se servent de la médecine de l'effraie vont donc devoir aussi étudier ce rongeur.

La chouette rayée est une autre chouette magnifique. Cette vocaliste experte a une personnalité charmante. Elle est grande et ronde avec des yeux noirs. Son plumage arbore de belles

marques en forme de rayures, qui deviennent transversales sur le haut du tronc. C'est presque comme si ces marques étaient une forme de signal externe indiquant qu'elle doit garder en cage une grande partie de sa férocité.

On trouve souvent la chouette rayée dans les forêts denses de feuillus ou les zones marécageuses. En raison de la disparition de son environnement, elle a fini par envahir les lieux de prédilection des chouettes tachetées. Dans le royaume des chouettes, les plus grandes vont aussi chasser les plus petites. Ainsi, dès lors que la tachetée fait partie de ces dernières, elle est parfois menacée, même si beaucoup pensent qu'elle est une proche parente de la rayée. Les deux espèces ont une grande prédilection pour les forêts vierges.

L'équivalent diurne de la chouette rayée est la buse à épaulettes. Ces deux espèces se partagent un même territoire amicalement – contrairement au grand-duc et à la buse à queue rousse. Tant la chouette rayée que la buse à épaulettes se sent chez elle dans les terres boisées humides. À l'occasion, elles vont jusqu'à partager un même espace de nidification.

La chouette rayée a une nature affable. C'est d'ailleurs ce qui la caractérise le mieux. Même si elle peut essayer d'apparaître menaçante, en réalité, elle est inoffensive. C'est une grande actrice capable de se donner quasiment en spectacle. Beaucoup pensent que ses performances vocales sont destinées à repousser les autres animaux et les humains. Cette aptitude au chant reflète la capacité de cette chouette à nous enseigner comme utiliser la voix pour obtenir les plus grands effets.

Ainsi que leur nom l'indique, les petits-ducs sont plus petits que toutes les autres chouettes abordées jusque-là. Comme le grand-duc, ils ont des aigrettes sur la tête, qui ressemblent à des oreilles. Ils sont généralement de couleur rougeâtre ou grise et ne mesurent guère plus de vingt à trente centimètres de haut.

Contrairement à ce que laisserait entendre leur nom anglais, *screech owl* (chouette hurlante), les petits-ducs ne hurlent pas. Leur cri ressemble davantage à une sorte de petit hennissement doux. Pendant la saison d'accouplement, le mâle et la femelle

chantent en duos. Les mâles ont une tonalité plus basse. C'est surtout quand les petits sont menacés que l'on pourra éventuellement entendre un cri plus strident.

En dépit de sa petite taille, le courage et la férocité du petit-duc sont souvent comparés à ceux du grand-duc. Sous cet aspect, le premier apparaît souvent comme la version miniature du second.

L'équivalent diurne du petit-duc est la crécerelle. Ils partagent le même territoire. Tous les deux ont une prédilection pour les lisières de bois et se nichent dans les trous des arbres. En outre, tous deux apprécient particulièrement les grillons et les souris.

Les petits-ducs sont d'excellents chasseurs. De temps en temps, ils chassent en groupe. Cette capacité à coopérer pour survivre fait partie de ce que ce rapace peut enseigner. Il pourra vous montrer comment être un individu féroce, capable de coopérer avec des tiers – tout en conservant votre individualité.

Le hibou des marais est l'une des rares chouettes qui chasse jour et nuit. En soi, c'est une indication que sa médecine est puissante jour et nuit. Cette chouette a aussi une manière méticuleuse unique de construire son nid. Elle va aussi migrer. Les marques de son plumage ressemblent à des flammes ce qui fait écho à son nom scientifique, *Asio flammeus*. Cet aspect flamboyant se retrouve dans sa personnalité.

Plus haut dans cet ouvrage, j'ai déjà raconté comment le hibou des marais se distinguait par sa capacité à surgir en horde, d'une nuit à l'autre, là où l'on assiste à une éruption du nombre de mulots et autres petits rongeurs. Ce sixième sens – cette aptitude à se trouver au bon endroit et au bon moment – est une chose que ce rapace peut enseigner.

Cet oiseau est courageux et espiègle. Alors que les corvidés peuvent se rassembler et chasser les buses et autres chouettes, le hibou des marais inverse les rôles. Les corneilles et corbeaux deviennent eux-mêmes les victimes quand ils cherchent à se frotter aux hiboux des marais. Malgré leur petite taille, ils sont forts et rapides… En outre ils n'ont pas peur ; et n'auraient aucune raison d'avoir peur. Peu d'oiseaux peuvent rivaliser avec eux en

vol. Même le grand héron, qui se croit le roi des marais, a été battu par le hibou des marais en plus d'une occasion.

Et même son « miroir », le busard (le plus agile des buses), ne peut le surpasser au vol. Ces deux espèces partagent néanmoins souvent le même territoire et se livrent à des simulacres de « combats aériens ». Ce hibou et cette buse nichent à proximité l'un de l'autre et, en réalité, ils se battent rarement.

Le hibou des marais est un oiseau versatile et curieux. Il a des dons sans pareil, renforcés, comme je l'ai déjà signalé, par son absence de peur. Cela reflète une alliance du feu et de l'air. Il a un effet stimulant sur toutes les énergies. Il attise une passion pour la vie, enflamme l'inspiration et réveille l'imagination.

Mon dernier exemple est celui de la magnifique chouette harfang (ou harfang des neiges). Elle est plus grande que le grand-duc, mais elle se fait surtout remarquer par sa couleur blanche. On la trouve dans la toundra arctique, mais elle migre aussi loin au Sud que nécessaire pour trouver de la nourriture.

La plupart des chouettes chassent la nuit, mais, comme le hibou des marais, la chouette harfang est à l'aise tant le jour que la nuit. Elle peut chasser en plein soleil ou dans l'obscurité la plus totale. Elle a en outre une capacité unique à ouvrir et fermer son iris pour l'ajuster à toute intensité lumineuse (ou à son absence).

La chouette harfang chasse principalement en se postant quelque part et en attendant. Elle semble chasser paresseusement et donne l'impression de passer le plus clair de son temps à se reposer. C'est loin d'être la vérité. Elle conserve son énergie et observe continuellement pour passer à l'action chaque fois qu'une occasion se présente. Cette aptitude à savoir attendre et saisir le bon moment est un des grands enseignements de cette chouette.

Ses proies principales sont le lemming et le lièvre arctique. Ces rongeurs devront être étudiés par ceux qui ont le harfang pour totem. En temps normal, il mange quotidiennement l'équivalent de son propre poids et, comme le hibou des marais, il a le don de se déplacer vers des zones où il aura plus de chances de trouver de

la nourriture. Il paraît prévoir instinctivement les périodes de famine et, ainsi, est en mesure de migrer au bon moment, et de revenir pareillement. Ce type d'instinct prophétique fait partie de ce qu'il a à vous apprendre. La chouette harfang possède le pouvoir de la prophétie et de l'esprit.

Quand le harfang des neiges migre vers un nouveau territoire, il n'y proclame pas sa présence. Il y arrive discrètement et vaque tranquillement à ses affaires. C'est l'une des clés de sa réussite et il pourra vous apprendre à en faire autant. Quand il marche, ses serres sont rétractées dans ses pieds bien emplumés. De nouveau, cela traduit son caractère non menaçant en dépit de sa puissance et de ses capacités. Il accomplit ses tâches grâce à ses aptitudes et au choix du bon moment, mais sans recours à l'intimidation. La vraie force est gentille et c'est ce que cette chouette peut vous transmettre.

Enfin, le harfang des neiges est un oiseau très doué au jeu de la survie. Même les jeunes sont capables de filer, de courir, de nager, voire de faire les morts si nécessaire, en adoptant une posture quasi léthargique. Cet oiseau paraît posséder la force et le pouvoir du grand-duc, tout en manifestant le tempérament de la chouette rayée. Et par-dessus tout, elle a les dons, le courage et les aptitudes du hibou des marais.

ENGOULEVENT (NOTAMMENT ENGOULEVENT D'AMÉRIQUE)

L'engoulevent

L'engoulevent appartient à la famille des oiseaux que l'on a coutume

d'appeler caprimulgidés, c'est-à-dire littéralement « suceur de chèvres » (en latin, *caprimulgus*, en anglais *goatsuckers*). Ils ont un bec court et une grande bouche et ils se nourrissent d'insectes capturés en vol.

Points clés : Éveil au monde des fées – La réussite pour s'accomplir

Cycle de puissance : Crépuscule – Été

L'engoulevent d'Amérique (*chordeiles minor*) est le plus souvent appelé en anglais *nighthawk*, c'est-à-dire littéralement « buse – ou faucon – de nuit » (il est aussi désigné en anglais sous le nom de *swisher*, « bruisseur »), mais ce n'est absolument pas une buse. C'est un cousin de l'engoulevent bois-pourri (*antrostomus vociferus*, en anglais *whip-poor-will*, en écho à son cri)[8]. C'est un oiseau au plumage panaché de blanc, de noir et de couleur chamois, reflétant ce carrefour entre la nuit et le jour qu'est le crépuscule.

Le crépuscule est le moment où l'engoulevent est le plus actif. C'est un laps de temps qui a longtemps été associé aux fées, aux elfes et au réveil des esprits. L'engoulevent est un oiseau du temps intermédiaire, de l'« entre-deux », l'heure que l'on dit précisément « entre chien et loup », et on voit souvent ce petit volatile comme le véhicule ou le moyen de transport des créatures du monde des fées.

L'engoulevent appartient à une famille d'oiseaux, les caprimulgidés, ce qui signifie littéralement « suceur de chèvres ». L'origine de ce nom singulier vient d'une très vieille croyance selon laquelle ils auraient tété le lait des chèvres en s'introduisant le soir dans les étables. Cela vient probablement de l'image populaire des elfes et autres lutins malicieux qui se seraient amusés à traire les chèvres et les vaches des fermes proches de leur demeure.

Jadis, quand il n'y avait pas d'explication rationnelle, on attribuait couramment aux elfes et aux fées toutes les infortunes et autres incongruités qui survenaient. Les objets qui disparaissaient, le lait qui tournait ou même qui était volé… tout

cela leur était attribué. Dès lors que les engoulevents et les autres « suceurs de lait » d'origine européenne étaient actifs au crépuscule (le temps de pleine activité des elfes et des fées), on croyait qu'ils étaient les véhicules des créatures du monde féerique.

L'engoulevent d'Amérique a un tout petit bec, mais une très grande bouche[9]. Il chasse au crépuscule et se nourrit d'insectes qu'il attrape et mange en vol. Comme je l'ai dit, il est très visible et actif au crépuscule et la nuit, ce qui est éclairant – le mot est à propos – pour ceux qui l'ont pour totem. Ils vont souvent se retrouver si actifs qu'ils auront l'impression d'être toujours littéralement « en cavale ». Pour ceux qui voient cet oiseau entrer dans leur vie, il est important de faire attention à ces « temps intermédiaires » – aube, crépuscule, minuit, midi… tous ces moments qui ne sont ni d'un côté, ni de l'autre. Ce sont les moments où peuvent se manifester la plus grande inspiration et le plus grand pouvoir. Vous allez alors vous retrouver au maximum de votre efficacité dans toutes vos activités.

À la différence d'autres « suceurs de chèvre » ou « braillards de nuit »[10], l'engoulevent d'Amérique est plus souvent vu qu'entendu. À dire vrai, à l'aune de la faible lumière, beaucoup les voient le soir et la nuit sans véritablement comprendre ce qu'ils ont sous les yeux. Encore une fois, de très nombreuses personnes les perçoivent comme des liens directs avec les fées et les elfes ; ces créatures se trouvant dans leurs parages sans qu'on les remarque.

Si un engoulevent entre dans votre vie, il va vous falloir examiner différents aspects de vos activités et de votre existence. Vous sentez-vous négligé ? Négligez-vous ou n'honorez-vous pas suffisamment des personnes importantes dans votre vie ? Essayez-vous d'attirer l'attention quand vous êtes en train de faire quelque chose alors que vous devriez simplement vous concentrer sur votre tâche ? Plus généralement, est-ce que vous-même ou d'autres de votre entourage cherchent à attirer l'attention ? Vous sentez-vous tiraillé sans parvenir à accomplir des choses ? L'engoulevent va vous apprendre à exécuter vos

tâches et à bien les faire, juste pour le plaisir de les avoir faites et non pour attirer l'attention de tiers. Il vous montrera que vous n'avez nul besoin de claironner votre propre réussite. Si vous faites les choses bien, les autres s'en chargeront.

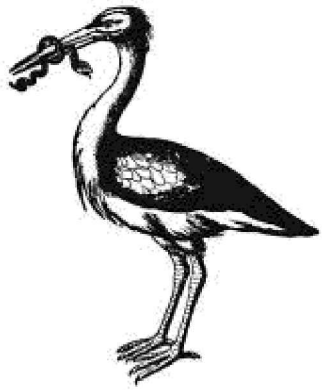
L'engoulevent ne construit pas de nid. Il pond ses deux œufs sur le sol nu. C'est en soi une pratique éminemment significative. Il n'a pas besoin de luxe ni d'apparat. Il voit la terre elle-même comme son nid et il active une vie créative. Les deux œufs ont aussi un sens symbolique très clair pour ceux qui veulent explorer les correspondances numérologiques.

CIGOGNE

Points clés : Naissance et communication non verbale

Cycle de puissance : Toute l'année

La cigogne est un des symboles les plus anciens et les plus puissants d'une nouvelle naissance. En Chine, il avait une signification similaire à celle de la grue. On pensait aussi jadis que cet oiseau était consacré à la déesse romaine Junon – la déesse du foyer, des enfants et de la fidélité familiale. La cigogne a également été associée aux traditions les plus anciennes autour du christianisme. Une des premières histoires de ce type, que j'ai pu entendre dans mon enfance, racontait qu'une cigogne avait volé en cercle autour de la croix pour dispenser sympathie et force à Jésus.



La cigogne a même été considérée comme un parent proche de l'humanité. Dans certains contes de fées et légendes, elle est capable de prendre de temps en temps une forme humaine. Il a été dit que lorsqu'elle était blessée, elle versait des larmes humaines.

La cigogne est un échassier. Elle a de longues pattes qui lui permettent de progresser dans les eaux basses des rivages. De tels secteurs étaient souvent considérés comme des entrées vers le royaume des fées. Cela reflète aussi une connexion avec les émotions et la symbologie de l'eau créatrice. Les cigognes peuvent nous aider à comprendre nos émotions et à apprécier dans sa plénitude le processus de la naissance.

La cigogne est connue pour son dévouement à l'endroit de ses petits. Elle est un parent très attentionné et protecteur. Cette caractéristique permet d'autant mieux de comprendre le lien entre la cigogne et la déesse romaine Junon. Normalement, les cigognes retournent chaque année dans le même nid et élèvent donc toujours leurs petits dans le même « foyer ».

En soi, cela fournit des éléments essentiels sur le rôle de la cigogne dans votre vie. Avez-vous besoin de retourner chez vous ? De retourner à vos bases, à vos fondamentaux ? Accordez-vous assez d'attention et/ou de soin à l'enfant qui est en vous ? Avez-vous coupé tout lien avec vos racines familiales ? Prenez-vous le temps de nourrir et d'entretenir les projets et

activités auxquels vous avez donné naissance dans votre vie ?

On a toujours considéré comme un signe auspicieux la vue d'une cigogne ou de l'avoir pour totem. Elle est un symbole de nouvelle naissance dans votre existence. Elle indique qu'à un certain niveau, votre vie se régénère, et que vous allez avoir des opportunités d'éveiller un nouveau sens de la joie et de l'espérance. Dans le folklore traditionnel, une cigogne volant au-dessus d'une maison signalait qu'une naissance était en route.

La cigogne n'a pas vraiment de voix pour communiquer. Elle exécute des postures, des mouvements et des danses complexes à des fins particulières. Elle fait aussi claquer son bec, se pavane et bat des ailes – toute posture ayant une signification. Ces dispositions relient la cigogne aux anciens mystères des danses sacrées.

La danse est un moyen de réveiller les forces et énergies primordiales. C'est encore un moyen de relier d'autres dimensions au physique. La cigogne détient l'ancienne connaissance de la danse sacrée, et particulièrement celle des danses de fertilité. En tant que totem, elle peut vous apprendre à éveiller votre propre fécondité dans tous les secteurs de votre vie par le mouvement et l'activité – plutôt que par les mots. Elle vous expliquera comment utiliser les hochets et les tambours pour activer et aider le réveil de votre fertilité et de votre créativité.

La cigogne peut vous indiquer où vous avez besoin de concentrer vos mouvements pour obtenir la plus grande réussite et où vos rythmes sont à l'arrêt et/ou entravent votre développement. Cet oiseau totem pourra vous montrer comment invoquer la plus grande énergie par l'exécution d'une danse correcte. La cigogne vous apprend que les énergies ne sont pas tant créées par la danse qu'invoquées et stimulées à travers elle. Enfin, elle vous enseignera comment transcender les conditions présentes par la danse sacrée, et créer l'opportunité d'une nouvelle naissance.

COLIBRI

Points clés : Joie inextinguible et le nectar de la vie

Cycle de puissance : Période diurne

Le colibri peut être le plus petit des oiseaux, mais il est aussi le plus fascinant. Tous ceux qui ont vu ce minuscule oiseau ont été emplis d'un sentiment d'émerveillement et de joie. Son nom anglais, *hummingbird* (littéralement « oiseau fredonnant ») vient de la vibration de ses ailes quand il vole ou plane[11]. Nous savons tous à quel point il peut être agréable de siffler en travaillant. Mais fredonner est encore plus efficace. Le fredonnement produit un effet de massage interne, restaurant santé et équilibre. C'est ce que le colibri nous rappelle de faire. Il nous invite à trouver de la joie dans ce que nous faisons, et à exprimer cette joie par le chant.

Il existe plus de 300 espèces de colibri[12]. C'est extrêmement significatif. Dans l'alphabet hébreu, la valeur numérique 300 est attribuée à la lettre *shin*, qui a des connexions avec le feu et les relations, le passé et le futur. Comme nous allons le voir, ces associations vont aussi être reflétées par le mouvement des ailes du colibri. Il a la capacité de les bouger en forme de 8 – un symbole d'infini et un lien avec le passé et le futur, ainsi qu'avec les lois de cause à effet.

Les colibris ont de longs becs qui leur permettent d'extraire le nectar du cœur des fleurs. En réalité, ils ne pourraient vivre sans les fleurs et, inversement, de nombreuses fleurs ne pourraient vivre sans la pollinisation par les colibris. C'est encore une forme d'illustration de la loi de cause à effet que le colibri est susceptible de nous enseigner pour que nous puissions extraire nos propres nectars.

Les colibris savent comment se servir des fleurs pour guérir. Cette connaissance intègre leurs fragrances, couleurs et qualités végétales. Ils peuvent vous apprendre comment tirer des fleurs l'essence de la vie et créer vos propres traitements médicinaux – comme dans le cas des fleurs médicinales de Bach et d'autres élixirs floraux. Ils peuvent donc vous enseigner comme utiliser les fleurs pour guérir, mais aussi pour conquérir des cœurs.

Le colibri est l'oiseau le plus talentueux en matière de vol. Il peut planer. Il peut voler en arrière, en avant, latéralement. En fait, il ne peut marcher, mais il vole partout. Ce qu'il nous dit, c'est que si ce que nous faisons nous met en joie, nous nous sentons aussi légers qu'une plume et notre vie se remplit de nectar.

Au décollage, le colibri peut atteindre de très grandes vitesses. Mais il peut aussi s'immobiliser brusquement en vol, y compris lorsqu'il vole justement à grande vitesse. Oui, il est bien le maître du vol et aucun prédateur ne l'effraie. Les colibris sont même connus pour être capables de chasser des aigles.

Aucun autre oiseau ne peut voler à reculons. Symboliquement, cela traduit la capacité du colibri à aller explorer le passé et à en extraire les nectars de joie. Cet oiseau peut donc vous aider à trouver de la joie et de la douceur dans toutes les situations. Sa rapidité est une invitation à saisir la joie chaque fois que vous en avez l'opportunité – aussi vite que vous le pouvez.

Du fait de leurs couleurs iridescentes, le nom de certains colibris fait référence à des pierres précieuses ou semi-précieuses – par exemple, le colibri à gorge rubis ou le colibri à gorge améthyste. On a aussi associé cet oiseau au monde des fées. Une espèce de colibri a été baptisée dryade (en anglais, *wood-nymph*, « nymphe des bois » ; la dryade étant le nom de cette créature sylvestre dans la mythologie grecque) et une autre colibri féerique (en anglais, *purple-crowned fairy*, littéralement « fée à la couronne violette »).

Du fait de ses couleurs iridescentes, le colibri a aussi été associé à la pluie. Plus spécifiquement, il est souvent associé à l'« arc-en-ciel de promesses » qui suit la pluie. Pour les Indiens pueblos, la coloration arc-en-ciel du colibri, sa grande puissance en vol et son omniprésence autour des fleurs ont conduit aux associations du colibri avec diverses pratiques rituelles. Des bâtons de prière et des cérémonies étaient utilisés pour faire venir la pluie et pour stimuler l'endurance[13].

Les colibris sont de gros mangeurs et l'essentiel de leur alimentation est constitué de nectars (sucres) de fleurs, même s'il

peut leur arriver de consommer de petits insectes. Le colibri peut ingurgiter jusqu'à 50-60 repas par jour. En raison de sa petite taille et de son haut niveau d'activité, il perd très rapidement des calories, donc il doit digérer ses aliments tout aussi rapidement. Les individus ayant un colibri pour totem vont devoir surveiller leur propre taux de sucre. En avez-vous trop ou pas assez ? Êtes-vous hypo ou hyper-glycémique ? Obtenez-vous suffisamment de douceur dans votre vie ? Savez-vous savourer ou non les bons côtés de l'existence, ses aspects les plus doux ?

Les colibris sont très joueurs. Même quand ils se baignent – et ils se baignent souvent –, ils jouent dans l'eau. Ils semblent aussi se bagarrer, sans qu'aucun ne soit jamais blessé. Les scientifiques s'accordent à dire aujourd'hui que ces duels ne sont que de faux combats simplement destinés à s'amuser et à faire de l'exercice.

Les colibris sont par ailleurs résolument indépendants. Sauf quand ils s'accouplent, ils aiment être seuls et libres, au point de paraître particulièrement se délecter de cette liberté. Au cours du rituel de courtise, le mâle fait tout ce qu'il peut pour attirer l'attention et l'affection de la femelle. Si celle-ci choisit effectivement de s'accoupler, elle lui retourne son attention, sinon elle se contente de s'en aller.

Les mères colibris sont de dures travailleuses. C'est indispensable car elles ne reçoivent aucune aide du mâle. Généralement, elles pondent deux œufs minuscules, ce qui est de nouveau très symbolique. Deux est le nombre du soi intérieur, le féminin auquel nous devons donner naissance et manifestation pour trouver notre joie.

Les colibris sont aussi des maîtres architectes. Ils construisent leurs nids avec un grand soin fonctionnel et esthétique. Certains sont très complexes, mais chacun est unique. Si un colibri a élu domicile en vous, peut-être allez-vous désirer redécorer votre intérieur. Le colibri vous invite à faire quelque chose pour apporter de la joie dans votre logis.

Les colibris peuvent aussi entrer dans une forme d'hibernation nocturne. Quand il fait trop froid et que la nourriture est moins

disponible la nuit, ils sont capables d'abaisser leur température corporelle. Leurs plumes s'ébouriffent et ils se retrouvent dans un état de torpeur ou de quasi-léthargie. Ils donnent l'impression d'être morts sur leur perchoir. Ils font cela pour empêcher l'épuisement des réserves énergétiques dont ils ont besoin pour vivre – tout en en profitant pour se reposer. Pour ceux dont le colibri est le totem, il sera important d'avoir un sommeil régulier et profond, et de se reposer. C'est nécessaire pour ne pas se consumer soi-même.

Le colibri à gorge rubis est une merveille de migration. Chaque hiver, il accomplit un formidable périple. Pendant plusieurs jours, il mange et mange encore, accumulant nourriture et énergie dans son corps minuscule. Puis il vole pendant des jours pour gagner un climat plus chaud. Certains sont connus pour parcourir plus de 4 000 kilomètres, de l'Alaska à l'Amérique centrale. Les scientifiques n'ont pas encore vraiment identifié comment cet oiseau pouvait stocker suffisamment d'énergie pour accomplir un tel voyage.

Mais ce qui est certain, c'est qu'il le fait et, pour cette raison, le colibri symbolise l'accomplissement de ce qui semble impossible. Il va vous apprendre comment trouver le secret d'une vie joyeuse.

COLOMBE

Points clés : Énergies féminines de paix, maternité et prophétie

Cycle de puissance : Aube et crépuscule

Une somme phénoménale de traditions et de légendes entoure la colombe. La plupart d'entre elles s'axent autour de tous les symboles traditionnels de la féminité et de la maternité. Dans la tradition grecque, un mythe fait naître Aphrodite d'un œuf couvé par une colombe. Les oracles de Dodone – qu'Alexandre serait venu consulter – auraient été fondés par une colombe. Pour les Slaves, l'âme devenait une colombe à la mort. Pour les alchimistes, c'était un symbole de sublimation. Pour les chrétiens, elle est toujours un symbole de paix, tandis que pour les païens,

c'était le symbole du *yoni* ou des organes génitaux féminins. On l'a associée à la sexualité féminine à travers des déesses comme Astarté et Isis. De ce fait, elle était considérée comme l'incarnation de l'instinct maternel. « Le nom de colombe a été donné aux oracles et aux prophètes… Le prophète envoyé à Ninive comme messager de Dieu était appelé Jonas (*Yona*), c'est-à-dire Colombe[14]. »

Elle était honorée chez les Indiens pueblos. Ses plumes étaient souvent portées et utilisées pour les bâtons de prière. Son chant mélancolique était considéré comme une invocation à l'eau et un message aux humains leur indiquant où ils allaient pouvoir trouver de l'eau (de nouveau, nous retrouvons ici le vieux symbole de la maternité à travers la connexion à l'eau). Son chant était censé désigner les points d'eau ou les sources vers lesquelles revenait la colombe au crépuscule pour boire.

Le chant de la colombe parle à tous ceux qui l'entendent. Ses tonalités plaintives stimulent les émotions – les eaux intérieures. L'été, dans mon enfance, j'adorais me lever avant tout le monde. Je me revois sortir par la porte d'entrée dans le doux soleil du matin. Des bois entourant la maison montait le doux chant bucolique de la colombe mélancolique. Il paraissait toujours exalter une promesse.

La colombe est en réalité une version plus petite de l'espèce aujourd'hui éteinte de la tourte voyageuse (ou pigeon migrateur). Une étude des caractéristiques et qualités de cette dernière vous aidera à comprendre la signification de la colombe dans votre vie.

La colombe se nourrit aussi principalement de produits du sol, ce qui renforce son contact avec la terre mère et les potentiels créatifs des énergies féminines sur terre. Son régime alimentaire se compose essentiellement de graines, mais elle ingère également des pierres qui s'accumulent dans son gésier pour aider à la digestion. Ceux qui ont la colombe pour totem seront bien avisés de consommer des fibres pour aider à leurs propres processus digestifs et créatifs.

La nichée de la colombe se compose de deux œufs. Deux est le nombre traditionnel des énergies féminines et créatrices. Une

étude de la numérologie au regard des colombes vous fournira quantité d'informations complémentaires.

Le chant de la colombe est sa caractéristique la plus remarquable. Sa voix incarne le chant de la pluie. Par sa mélodie mélancolique, elle invoque les nouvelles eaux de la vie. Son chant doit nous rappeler que quelles que soient nos conditions de vie, de nouvelles « eaux » et une nouvelle existence sont toujours possibles. La terre est une planète femelle et, de ce fait, nous ne devons pas perdre de vue le fait que la création et une nouvelle naissance demeurent possibles pour tous ses habitants. La colombe plaintive nous aide à nous en souvenir.

Si son chant peut s'entendre tout au long de la journée, il paraît plus distinct à l'aube ou au crépuscule. Ce sont les « temps intermédiaires », les « entre-deux », un moment où l'épaisseur des voiles entre le physique et le spirituel, le passé et le futur, est réduite à son maximum. La colombe peut nous aider à utiliser ces moments pour voir les processus créatifs en activité dans notre vie.

Le chant de ce totem vous incite éventuellement à vous lamenter sur ce qui est passé, mais à vous éveiller à l'espérance, à la promesse du futur. Cet oiseau de prophétie vous permet de voir ce à quoi vous pouvez donner naissance dans votre vie.

COQ

Points clés : Sexualité, vigilance et résurrection

Cycle de puissance : Lever du soleil

Une longue tradition de symbolisme est associée au coq. Son symbolisme primordial est celui de la sexualité, parce qu'un coq unique féconde et s'occupe de toute une nichée de poules. Par ailleurs, du fait de son chant à l'aube, on le considère souvent comme un symbole solaire. Chaque matin, le soleil ressuscite et le coq annonce sa résurrection. C'est en raison de cette activité qu'il est vu comme l'ennemi des fantômes et des mauvais esprits errant librement la nuit et confinés le jour. Une autre raison de son association avec la résurrection est due à la vieille histoire qui raconte comment un coq annonça la naissance du Christ.

Le coq est extrêmement vigilant dans la basse-cour. Il est très actif, se déplace souvent au milieu des poules et beaucoup croient que c'est un rappel à veiller d'abord sur les choses de l'esprit. Cette idée est notamment illustrée dans le récit néotestamentaire du coq qui chanta quand Pierre renia trois fois Jésus. Ce principe d'une vigilance spirituelle se renforça encore davantage au IVe siècle, quand se répandit la croyance qu'un coq allait chanter à l'approche du Jugement Dernier.

Avoir un coq pour totem peut donc refléter des vies passées en rapport avec le christianisme primitif, voire encore plus anciennes, du temps de la Grèce antique. Dans la mythologie grecque, le coq est associé à l'amour d'Arès et d'Aphrodite. Dans cette histoire, Arès demande au jeune Alectryon (littéralement « coq » en grec) de faire le guet alors qu'il rend visite à Aphrodite. Il était aussi un symbole de Camillus (ou Cadmillus) dans les mystères de Samothrace.

Pour les premiers gnostiques, le coq était une forme majeure du dieu Abraxas. Ce dernier était le « dieu à tête de coq, avec des serpents en guise de pieds, en qui la lumière et les ténèbres s'unifiaient et se transcendaient[15] ». Le coq sera toujours un totem de grand pouvoir et de grand mystère. Il a des liens avec le passé ancien et fournit des indices sur vos pouvoirs dans le futur.

Le coq est aussi un des douze signes du zodiaque de

l'astrologie chinoise traditionnelle. C'est un signe d'enthousiasme et de bonne humeur. Les coqs sont considérés comme excentriques, pittoresques et hauts en couleur, mais ils ont une approche directe de la vie. Si le coq est votre totem, c'est peut-être pour vous dispenser ce message ou vous apprendre à être plus direct. Un coq peut stimuler un nouveau sens de l'optimisme et il peut vous aider à accepter vos propres excentricités.

COQ DE BRUYÈRE (TÉTRAS)

Points clés : Danse et tambour sacrés

Cycle de puissance : Printemps

Le coq de bruyère (ou tétras) est un oiseau des champs et des broussailles ressemblant au faisan. Il est extrêmement robuste. Au cours d'un hiver froid, ses doigts se dotent d'une frange supplémentaire de plumes pour l'aider à marcher dans la neige.

Danser et battre du tambour sont deux voies puissantes pour invoquer des énergies. Quand elles sont combinées, elles ouvrent des possibilités d'atteindre des états de conscience supérieurs. Le mouvement fait partie de la vie. Le mouvement rythmique crée la vie. Toute activité humaine est une sorte de danse et de rituel. Le coq de bruyère est un symbole dynamique de ce concept.

Les danses sacrées et religieuses ont été importantes dans toutes les sociétés du monde. Les chamanes et les prêtres se servaient de tambours et de danses pour provoquer les états de transe. Les danses en cercle imitaient le déplacement du soleil et les danses en chaîne ou en spirale servaient à lier les énergies masculines et féminines. La vraie danse sacrée est très ancienne ; c'est une expression externe d'un esprit intérieur.

La danse et le tambour sacrés étaient des moyens de transcender l'humanité. Le danseur peut acquérir le contrôle de réactions d'ordinaire automatiques en invoquant des émotions et des énergies, puis en les canalisant par la danse. De cette manière, il était possible de transcender les énergies inférieures. C'est très précisément ce que peut enseigner le coq de bruyère.

Ma première expérience d'une danse du coq de bruyère date d'il y a quatre ou cinq années, dans la forêt nationale de Superior (Superior National Forest). J'arrivai en haut d'une pente quand un coq de bruyère a jailli du bois au milieu de la route. Alors il a entamé son mouvement en spirale. Comme je m'approchais, il continuait sa danse qui le ramenait progressivement, hors de la chaussée, vers les broussailles à l'orée de la forêt. C'était un fascinant spectacle. Depuis lors, au cours de mes voyages, j'ai fait un certain nombre d'autres rencontres avec des coqs de bruyère. Et ils me rappelaient toujours de ne pas forcer mes mouvements, mais de suivre le rythme naturel et la spirale de la vie.

Les deux formes de coqs de bruyère (en anglais, *grouse*) les plus communes sont la gélinotte huppée (*ruffed grouse*, souvent appelée simplement perdrix en Amérique du Nord) et le tétras des armoises (*sage grouse*). La gélinotte huppée est ainsi nommée en français à cause de sa petite huppe de plumes sur la tête. Et son nom anglais, *ruffed grouse*, c'est-à-dire littéralement « tétras à collier », se concentre, lui, sur sa collerette de plumes noires autour du cou et des épaules. C'est encore un détail très symbolique. La zone du cou et des épaules est le point de connexion entre la tête et le tronc, le haut et le bas. C'est le pont entre les deux. Or tous les ponts permettent de traverser quelque chose, mais aussi d'ouvrir la route vers de nouveaux domaines ou

mondes.

La gélinotte huppée ou à collier indique que travailler en adoptant de nouveaux rythmes et mouvements sera bénéfique pour introduire un nouveau flux d'énergie dans votre vie. La danse et le tambour vont ainsi être de merveilleux outils pour vous ouvrir de nouveaux mondes. Cela ne veut en rien signifier que vous auriez besoin de sortir pour prendre des cours de danse, mais simplement qu'il vous faut développer et pratiquer vos propres expressions libres. Vous serez surpris par la modification de vos énergies. Laissez-vous danser en vous ouvrant à de nouveaux schèmes et domaines dans votre vie.

Si le coq de bruyère se manifeste dans votre existence, pratiquez la danse. Concentrez-vous sur quelque chose que vous voulez changer, manifester, ou que vous désirez, et créez vos propres mouvements qui reflètent cette chose. Exécutez une musique au tambour. Puis observez à quel point les énergies commencent à se libérer pour vous. Si vous pratiquez avec une intention juste, vous obtiendrez des résultats en moins d'une semaine.

Le tétras des armoises, quant à lui, est le plus grand des tétras américains. C'est un animal très attaché à son territoire, qui se fait remarquer par son plumage somptueux, sa queue à longues pointes et une ample crinière d'épaisses plumes blanches. Il possède sa propre danse pour créer son espace sacré. Ce dernier est justement une manière d'aborder la territorialité.

Danser en cercle est un acte de création. C'est le marquage de l'espace sacré. Quand une danse en cercle est exécutée, l'individu crée aussi un espace sacré dans son esprit – un lieu entre les mondes, un point dans lequel ceux-ci s'entrecroisent. Dans la pratique wiccane, on parle souvent de « dresser, ou former, un cône de pouvoir » pour désigner la création et le marquage d'un cercle. Le cercle crée un vortex d'énergie amplifié par la volonté des participants et leurs instruments rituels. Quand un tétras se montre et se déplace en cercle, il forme son espace sacré.

Pour ceux qui voient un tétras se manifester, cela signifie qu'un

espace sacré devrait être créé dans leur vie. Faites en sorte que certains « territoires » ou secteurs vous soient réservés – qu'ils ne soient pas accessibles à des tiers. Cela permettra à vos rythmes et mouvements naturels de s'y mettre à l'œuvre à votre profit sans trop d'influence extérieure.

Longtemps on s'est demandé comment le coq de bruyère exécutait son tambourinage étouffé au printemps. Aujourd'hui, les ornithologues savent qu'il y parvient en battant rapidement ses ailes. En battant l'air, les ailes du tétras activent une vibration tambourinante et libèrent son pouvoir sur les vents.

Les tétras sont des parents protecteurs. Si leur progéniture est menacée, la mère se précipitera vers vous avec les plumes dressées ou elle feindra une blessure afin d'éloigner le prédateur de ses petits. Il faut deviner derrière cet acte la capacité à faire ce qui est nécessaire pour changer de rythme en apparence.

Un envol vrombissant est souvent associé au tétras, comme au faisan et à d'autres espèces du même ordre. Le coq de bruyère se sert fréquemment de ce décollage sonore pour montrer qu'il n'a pas peur. En réalité, c'est plus probablement un avertissement qu'il lance à d'autres dans le secteur. S'il le décide, il est parfaitement capable de voler en silence. Le rythme n'a pas besoin d'être audible pour être efficace. Si le coq de bruyère entre dans votre vie, attendez-vous à découvrir de nouveaux rythmes et de nouveaux enseignements pour danser et jouer du tambour afin d'entraîner votre existence vers de nouvelles dimensions.

CORBEAU

Points clés : Magie, métamorphose et création

Cycle de puissance : Solstice d'hiver

Une formidable quantité de traditions et de mythes concerne le corbeau et ceux-ci sont souvent contradictoires. Par exemple, il est à la fois un oiseau de mort et de naissance. Et c'est un symbole de mysticisme et de magie.

Au Proche-Orient, le corbeau était jugé impur, parce qu'il est un

charognard. Il fait partie des aliments listés comme interdits dans la Bible. Le corbeau est un des oiseaux que Noé lâche après le Déluge pour savoir si l'eau a baissé quelque part. Mais il ne revient pas à l'Arche. Dans la tradition biblique, on rencontre aussi l'histoire de corbeaux ayant nourri le prophète Élie alors qu'il se terrait loin du roi Achab.

En Scandinavie, le corbeau jouait un rôle particulièrement significatif. Le dieu nordique Odin avait une paire de corbeaux pour messagers. Leurs noms étaient Hugin (Conscience) et Munin (Mémoire). Odin lui-même était connu pour se métamorphoser à l'occasion en corbeau. Cette tradition traduit l'idée selon laquelle le corbeau est un messager du monde spirituel le plus élevé.

Cet oiseau noir est depuis très longtemps considéré comme un signe ou un présage. Au cours du Moyen Âge, on pensait que le croassement du corbeau annonçait un décès ou l'issue d'une bataille. Au sein des communautés chrétiennes, on racontait même au peuple que les mauvais prêtres devenaient des corbeaux à leur mort. Aujourd'hui encore, des anciens racontent que l'on peut s'attendre à un temps chaud quand on voit passer un corbeau devant un soleil voilé.

Le corbeau fait partie de la famille des corvidés, à laquelle appartiennent les corneilles, les pies et d'autres oiseaux du même ordre. En vérité, la seule différence réellement significative entre le corbeau et la corneille est leur taille. Le corbeau est beaucoup plus grand que la corneille. Il sera donc bénéfique d'étudier aussi la corneille si le corbeau est votre totem. Un grand nombre des informations s'appliquant à l'un sera aussi valable pour l'autre. Les nuances ne seront qu'une question de degré. Alors au lieu de reprendre tout ce qui va être dit dans l'entrée suivante, sur la corneille, je vais me contenter de fournir ici des informations qui ne sont généralement pas associées à cette dernière.

Une grande quantité de mythes et de traditions concernent le corbeau. De bien des manières, ils sont comparables aux récits sur les coyotes des Indiens des plaines, à ceux des Bochimans sur les mantes religieuses et d'autres encore dans de nombreuses sociétés humaines où un animal joue un rôle à la fois

significatif et néanmoins déroutant. Le coyote, par exemple, était aussi bien une créature sage que trompeuse – à la fois bienfaisante donc, mais aussi malfaisante à l'occasion. Et on peut en dire autant de la mante des Bochimans du Kalahari.

Sur la côte pacifique nord-ouest de l'Amérique, le corbeau a cette même aura. Là, il apportait la vie et l'ordre. Mais il vola aussi la lumière solaire à un être qui voulait maintenir le monde dans les ténèbres. Rien ne pouvait exister sans lui. Il est honoré dans l'art et sur les totems, où s'expriment les récits et le mysticisme qui se sont développés à son propos.

Avec le corbeau, l'esprit humain et l'esprit animal s'entremêlent pour ne plus faire qu'un. Ce phénomène se reflète dans sa belle et intense couleur d'un noir brillant. Dans le noir, tout se mêle et se confond avant d'être ramené à la lumière. Pour cette raison, le corbeau peut vous aider à métamorphoser votre vie ou votre être. Le corbeau possède la connaissance de la transformation en d'autres animaux et de l'apprentissage de leur langage.

Les corbeaux sont aussi des experts en matière de vocalisation. On peut même leur apprendre à parler. Ils intègrent et imitent les cris d'autres espèces. Dans l'Amérique du Nord-Ouest, des contes rapportent que les Indiens kwakiutl (ou kwakwaka'wakw) offraient le placenta des nouveau-nés mâles au dieu Corbeau pour que, en grandissant, ils puissent comprendre leurs cris. Le corbeau peut vous apprendre à comprendre le langage des animaux.

Les corbeaux sont espiègles et ce sont d'excellents utilisateurs… d'outils. Ils se servent de pierres et de bien d'autres choses disponibles pour casser des noix et autres fruits à coques. Ils ne sont pas intimidés par les autres oiseaux et sont aussi rapides que méfiants. De ce fait, ils ne sont pas des proies faciles pour d'autres prédateurs. Cela implique qu'ils pourront également vous apprendre à activer sans crainte la magie de la vie. Ils sont aussi connus pour leur comportement amoureux, reflétant la force vitale créatrice puissante à laquelle ils ont accès.

Cette force vitale créatrice peut être utilisée pour mettre en œuvre la magie de lois spirituelles dans le plan physique. On peut

s'en servir pour plonger dans le vide primordial et réveiller les énergies dont nous avons le plus besoin. Tout cela – et plus encore –, c'est ce que le corbeau peut vous enseigner. S'il entre dans votre vie, attendez-vous à ce que la magie en fasse autant. Quelque part dans votre existence, elle sera à l'œuvre. Le corbeau active les énergies de la magie en connectant celle-ci à votre volonté et à vos desseins.

Le corbeau parle de l'opportunité de devenir le magicien et/ou l'enchanteur de votre vie. Chacun de nous a un magicien en lui et c'est le corbeau qui peut nous montrer comment faire sortir cette partie de nous-mêmes des ténèbres pour l'amener à la lumière. Le corbeau rapporte des messages du monde des esprits qui peuvent métamorphoser spectaculairement votre vie. Il nous enseigne comment prendre l'informe pour lui donner la forme que l'on désire.

Le solstice d'hiver, et la saison hivernale en général, est l'époque de manifestation du plus grand pouvoir pour ceux qui ont le corbeau comme totem. Ce solstice est le jour le plus court de l'année. Le soleil brille le moins longtemps, donc c'est la journée la plus sombre. À partir de ce moment-là, la lumière ne va cesser de resplendir un peu plus chaque jour. C'est très symbolique de l'influence du corbeau. Il vous apprend comment aller dans les ténèbres pour en rapporter la lumière. À chaque voyage dans cette obscurité intérieure, on rapporte un peu plus de lumière au dehors. C'est la création.

CORNEILLE

Points clés : La magie secrète de la création nous appelle

Cycle de puissance : Toute la journée, toute l'année

Ma grand-mère m'a dit un jour que la corneille était l'oiseau le plus intelligent. Mieux encore, elle le savait et exploitait pleinement cette qualité. En réalité, elle était si maline qu'elle choisissait de rester corneille plutôt que de passer à d'autres stades d'évolution. La corneille manifeste une aptitude unique à surpasser et à duper la plupart des oiseaux, des animaux, et

même parfois des humains. Elle sait parfaitement se créer une vie merveilleuse. En un sens, elle nous fait penser à un autre être qui préférait régner en enfer au lieu de servir au paradis. Les corneilles semblent avoir parfaitement intégré ce principe.

Les corneilles nous intriguent et nous agacent même. Elles et d'autres membres de leur famille comme les corbeaux sont associés à un très grand mysticisme et à une mythologie importante. À dire vrai, il existe cinq espèces de corvidés, les corneilles comme les corbeaux en faisant partie. Parce qu'ils sont donc de la même famille (la seule différence entre corneille et corbeau étant en fait la taille), il sera profitable à ceux qui ont la corneille pour totem d'étudier aussi les qualités et les aspects mystiques du corbeau.

La première caractéristique évidente de cet oiseau est sa couleur noire éclatante. Parfois, elle aura aussi des nuances de bleu foncé ou de violet sur les plumes. Le noir est la couleur de la création. Il est la matrice d'où sort ce qui est nouveau. Il est aussi la couleur de la nuit. Le noir est la couleur maternelle et c'est de la nuit noire que naît le jour. Si la corneille est un oiseau diurne, elle nous rappelle que la magie et la création sont potentiellement très actives au cours de la journée. Du fait de sa couleur, la corneille était un symbole commun de l'alchimie médiévale. Elle représentait le *nigredo*, l'œuvre au noir, l'état initial de la substance – informée, mais riche de potentiel.

Dans la mythologie romaine, le corbeau et la corneille étaient couramment aussi blancs que des cygnes. En réalité, un corbeau blanc veillait sur Coronis, la compagne enceinte d'Apollon à Delphes. Un jour, le corbeau s'étant montré négligent dans sa surveillance et rapportant de mauvaises nouvelles au dieu, Apollon changea son plumage en noir.

Cette connexion avec la vigilance est encore très forte aujourd'hui. Les hordes de corneilles ont toujours des sentinelles postées autour d'elles pour monter la garde. Elles construisent leurs nids au sommet des arbres pour avoir une vue sur toute la zone dans laquelle elles vivent et se nourrissent. Il est arrivé que l'on voie des corneilles attaquer et tuer un membre de leur propre

espèce. Une vieille croyance laissait entendre qu'une corneille prise à partie de cette manière était une sentinelle qui s'était montrée défaillante. Cela peut aussi être un rappel de ce qui est susceptible d'arriver si nous ne cherchons pas la magie et la création chaque jour.

Cette vigilance leur permet non seulement de prévenir leurs congénères, mais aussi d'autres animaux, contre l'irruption d'intrus ou de menaces – qu'il s'agisse d'humains ou d'animaux. On a pu fréquemment les observer en train de faire du remue-ménage à l'approche de chasseurs, avertissant ainsi les cervidés et les autres oiseaux du secteur. Les corneilles identifient les dangers potentiels et elles postent toujours des guetteurs quand elles se nourrissent – moment où elles sont les plus vulnérables.

Cette aptitude à avertir est connectée à la seconde caractéristique la plus remarquable de la corneille, à savoir sa voix. La corneille appartient à la famille des oiseaux chanteurs, du fait de la structure de son larynx. Même si peu de personnes la voient comme tel, des témoignages (non prouvés) ont régulièrement prétendu qu'elle chantait d'une douce voix mélodieuse quand elle était seule.

Les corneilles ont un langage complexe. Si elles ont une gamme vocale remarquable, elles ne chantent pas réellement. Elles peuvent croasser de bien des manières différentes, chacune ayant sa propre signification. Nous pouvons tous apprendre à comprendre le langage des corneilles avec de la pratique. Si elle a une langue, elle ne s'en sert pas pour produire des sons. Pline a écrit jadis que si la langue d'une corneille était coupée, elle apprendrait à parler comme les humains. Ce n'était bien évidemment pas vrai. Tout ce qui arriverait, c'est que l'oiseau serait saigné à mort. Le croassement de la corneille doit nous rappeler que la magie et la création nous appellent quotidiennement.

Le grand-duc est probablement le plus grand ennemi de la corneille. Si un hibou pénètre dans le secteur d'une corneille, elle attaque l'intrus et le chasse. Les corvidés savent que si le rapace nocturne découvre ses nids, la nuit suivante peut amener la mort.

De nombreux corbeaux et corneilles ont perdu la vie au cours de chasses nocturnes silencieuses des hiboux.

La corneille, je l'ai dit, a une grande intelligence. Elle s'adapte à son environnement et mange presque tout. Cet aspect omnivore constitue d'ailleurs une part de son aptitude à la survie. Les corneilles ont un don unique pour communiquer et collaborer.

Leur vigilance et leur intelligence ont contribué à leur conférer une réputation de brigandage. Elles volent la nourriture d'autres oiseaux ou de n'importe quelle source disponible dans les parages – y compris les réserves de nourriture des humains.

Les corneilles et tous les corvidés s'imprègnent aisément de l'image de ceux qui les gardent. Ceux qui ont une corneille pour animal domestique constatent qu'elles sont très facilement éducables, avec un véritable don pour compter et développer une relation complexe avec leur propriétaire. Mais dans la nature, même si on peut les voir et les entendre constamment, elles se laissent difficilement approcher. Encore une fois, j'ai pu constater que la plupart des individus avaient très peu conscience que les corneilles reflétaient la magie nécessaire pour créer ou recréer leur vie.

Les processus de courtise et d'accouplement en disent en revanche beaucoup sur l'association de la corneille avec la magie. Le mâle s'efforce de se faire aussi beau que possible et c'est au cours de cette période que sa voix prend une tonalité chantante (l'amour fait chanter le monde entier). Le mâle et la femelle construisent leur nid ensemble. Il est positionné en hauteur pour des questions de sécurité et est tenu en grande propreté et très en ordre. Même les jeunes corneilles ne le salissent pas. Une petite méditation sur cet aspect révélera quantité d'éléments sur la santé, le logis et le respect.

De très nombreux récits mythologiques concernent les corneilles. Avoir cet oiseau pour totem peut non seulement indiquer des connexions avec des vies passées dans ces temps-là, mais cela peut aussi exprimer certaines forces archétypales avec lesquelles la corneille est susceptible de nous relier. Comme de nombreux animaux, les corneilles seraient connues pour

prédire les tornades, la pluie et d'autres changements climatiques à leur façon de voler. Travailler avec les corneilles peut vous permettre de voir comment les vents vont souffler dans votre vie et comment ajuster les trajectoires de votre existence. Cela fait bien longtemps que les corneilles sont considérées comme des oiseaux magiques et mon grand-père m'a dit un jour que même la découverte d'une corneille morte était un bon présage.

J'ai parlé des corneilles et de leur lien avec la mythologie grecque et romaine, mais elles apparaissent dans bien d'autres. En Chine, on vénérait comme une divinité solaire une corneille à trois pattes. Elle était un symbole de solitude. Pour les Indiens athabaskans d'Alaska, une corneille (sous la forme d'un corbeau) fut le créateur du monde. Pour les Celtes, la corneille (ou le corbeau) était également associée avec la Création. Dans la tradition biblique, le prophète Élie fut nourri par des corbeaux et des corneilles tandis qu'il se cachait dans le désert. Et dans la tradition nordique, le dieu Odin avait deux corbeaux pour messagers.

Partout où il y a des corneilles ou des corbeaux, il y a de la magie. Ce sont des symboles de création et de force spirituelle. Ils nous rappellent de chercher des occasions de créer et manifester la magie de la vie. Ce sont des messagers nous annonçant que la création et la magie sont actives quotidiennement dans nos existences et nous sont accessibles.

COUCOU

Points clés : L'annonce d'une nouvelle destinée

Cycle de puissance : Printemps

Dans toutes les langues européennes, le nom de cet oiseau a été calqué sur le chant qu'il émet. Et celui-ci est le chant d'accouplement du mâle au printemps. Comme vous allez le voir, ce trille a toujours été associé à l'annonce d'une nouvelle destinée.

À un autre niveau, entendre son chant indique que vous devriez parfaire vos dons d'écoute. Il y a des choses non dites par ceux

qui vous entourent, mais à propos desquelles vous en apprendrez, si vous écoutez bien. Écoutez ce qui n'est pas dit. Faites confiance à votre ouïe.

Le coucou est un parent du grand géocoucou[16] et, là encore, vous serez sans doute désireux d'étudier aussi celui-là pour découvrir des connexions complémentaires avec votre vie. Un examen des couleurs du coucou qui est entré dans votre vie fournira aussi des éléments sur le nouveau rôle ou la destinée qui vous attend à court terme. Généralement, c'est la couleur du bec qui se distingue le plus. Normalement, il est soit noir, soit jaune. Dans les faits, il montre comment devrait être votre propre communication. Si c'est un coucou à bec noir, vous allez devoir faire encore plus attention à ce que vous dites et à qui. Si le bec est jaune, cela peut signifier que vous êtes sur le point d'acquérir une connaissance qu'il sera bon de partager.

Le coucou ne se construit plus de nid lui-même. En Europe, il se comporte de manière similaire au vacher en allant pondre ses œufs dans le nid d'un autre oiseau. En général, il choisit un nid dont les œufs ont une couleur semblable aux siens. Le coucou américain ne fait pas ça. Néanmoins, chaque fois qu'un coucou se montre, cela peut traduire un changement dans la maison ou la famille. Quelque chose de nouveau s'annonce dans cet environnement.

Le coucou est l'un des rares oiseaux qui touche la chenille duveteuse/velue. Il ne se préoccupe pas de l'enveloppe extérieure de l'insecte. Pour ceux qui ont ce totem, cela reflète une possibilité d'apprendre à assimiler ce qui ne pouvait pas l'être auparavant. Cela peut donc aussi traduire une moindre sensibilité aux autres et une capacité accrue à pénétrer sous la surface. C'est une opportunité de découvrir la vraie personne – quelle que soit son apparence externe.

Le coucou mange aussi les chenilles très destructrices de la livrée des forêts. De ce fait, il induit des enseignements liés à l'élimination de ce qui est venu nous envahir ou nous ronger, afin de pouvoir entamer une nouvelle vie. Cela reflète un temps d'élimination du négatif dans nos vies pour, encore une fois,

annoncer un nouveau printemps – ne serait-ce que symboliquement.

Le coucou est un oiseau lent et déterminé. Il a un bec gracieusement incurvé et une répartition unique de ses doigts sur les pattes, avec deux à l'avant et deux à l'arrière, ce qui lui procure équilibre et stabilité. Conjuguées, ces qualités traduisent un besoin de ne pas chercher la facilité rapide. S'il manifeste l'arrivée d'un nouveau printemps, il s'agit de faire avancer ses énergies lentement et sûrement. Le coucou est un oiseau qui peut nous enseigner comment laisser se déployer gracieusement et facilement le cours de la vie et tous ses rythmes. Il nous apprend à ne pas souffrir au cours de notre croissance. Si nous envisageons notre existence lentement et délibérément, tout arrive au bon moment pour nous, de la bonne manière et avec les bons moyens.

Le coucou a depuis longtemps symbolisé une nouvelle destinée et l'irruption de nouvelles conditions dans la vie des humains. La plupart des anciennes croyances sont centrées autour de son chant et du moment où il se fait entendre. On considérait qu'il était très auspicieux d'avoir de l'argent sur soi quand on entendait pour la première fois son chant au printemps. Quoi que vous fassiez au moment où vous percevez ce chant pour la première fois au printemps, vous seriez bien avisé de le refaire fréquemment tout au long de l'année pour attirer la chance. Ce chant était perçu comme un appel vous indiquant que cette activité allait vous être bénéfique. Pour les célibataires, le nombre d'appels ou de notes devait préciser le nombre d'années qu'ils allaient devoir encore attendre avant de se marier.

Si le chant du coucou venait de la droite, c'était signe de bonne fortune, mais s'il venait de la gauche, beaucoup pensaient que cela annonçait l'infortune. Même aujourd'hui, surtout en Europe, nombreux sont ceux qui croient que l'on peut prévoir précisément la pluie grâce à ce chant. Pour cette raison, on l'a même appelé un temps en Amérique du Nord le « corbeau – ou corneille – de pluie » (*rain crow*).

En Suède, la direction d'où provenait son appel allait spécifier le

type exact de sort qui nous attendait à court terme. Si le chant venait du Nord, c'était signe de tristesse. S'il venait de l'Est, cela reflétait la consolation. Arrivant du Sud, c'était la mort, et de l'Ouest, la chance.

De manière générale, un oiseau ou un animal associé à autant de légendes doit être examiné plus attentivement encore. Cela révèle souvent les énergies archétypales dynamiques qui le sous-tendent et qui, même si elles ne sont pas totalement comprises, seront au moins ressenties. Travailler avec le coucou peut vous aider à l'utiliser, lui et son chant, pour comprendre quelle destinée vous attend dans votre vie. C'est assurément un oiseau qui peut transmettre le don de l'augure intuitif.

CRÉCERELLE, FAUCON

Points clés : Vitesse mentale, agilité et grâce

Cycle de puissance : Toute l'année

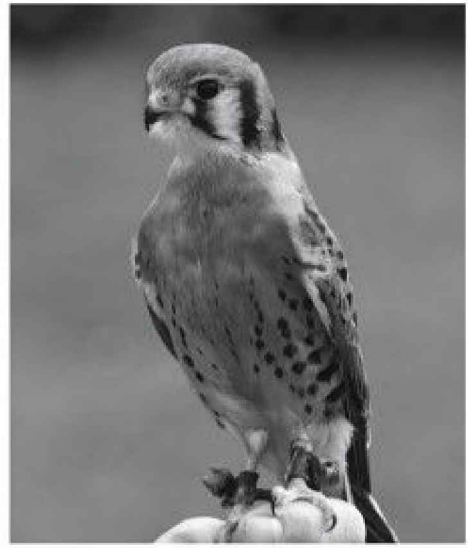
La crécerelle est le membre le plus commun de la famille des faucons que l'on puisse trouver aux États-Unis d'Amérique. Parmi les oiseaux de proie américains, seul le grand-duc est aussi largement répandu. La crécerelle est aussi le plus petit membre de cette même famille des faucons. Le faucon pèlerin et le faucon gerfaut sont plus grands et plus rapides, mais ils sont aussi plus menacés. Les efforts pour sauver le faucon pèlerin commencent à peine à porter leurs fruits.

Les faucons ont une histoire ancienne et ils sont entourés d'une aura de mystère au regard de leur vitesse et de leur grâce à la chasse. La fauconnerie existe depuis des millénaires et elle est toujours pratiquée aujourd'hui. Si la crécerelle ou n'importe quel autre membre de la famille des faucons entre dans votre existence en tant que totem, n'hésitez pas à explorer les connexions avec vos vies passées. La fauconnerie était déjà pratiquée en Chine deux mille ans avant notre ère[17]. Les rois dressaient des faucons et la fauconnerie a connu une grande popularité dans l'Europe et la Scandinavie médiévales. Les Vikings utilisaient souvent des faucons et d'autres oiseaux de

proie pour chasser.

La crécerelle d'Amérique est souvent surnommée *sparrow hawk* (littéralement « buse moineau[18] »), mais c'est un nom impropre[19]. Si la plupart des faucons se nourrissent de proies à plumes, la crécerelle mange primordialement des sauterelles, des scarabées, des souris et autres petits rongeurs. Il lui arrive d'attraper de plus petits oiseaux et certains l'accusent de la chute de la population de moineaux ; mais ce fait n'a jamais été vraiment vérifié. C'est une excellente chasseuse dont les yeux peuvent détecter le mouvement d'un scarabée à grande distance. Généralement, elle chasse depuis un perchoir. Elle se déplace d'un poste d'observation à l'autre, guettant et écoutant.

Si la crécerelle ne quitte pas un perchoir pour fondre sur sa proie, elle accomplit un vol stationnaire un moment au-dessus d'elle, depuis une hauteur de moins d'une dizaine de mètres, avant de plonger. C'est une pratique unique non seulement parmi les oiseaux de proie, mais à dire vrai parmi la plupart des oiseaux. Peu d'oiseaux, en réalité, peuvent rester en vol stationnaire. Pour ceux qui l'ont comme totem, c'est très significatif. Cette aptitude permet l'exécution d'un mouvement avec une grande rapidité et une grande précision. La crécerelle apparaît ainsi très gracieuse. Elle sait s'immobiliser quand il le faut et utiliser avantageusement le vol au maximum de ses possibilités.



La crécerelle d'Amérique

Ce fascinant faucon a un don unique pour planer au-dessus de sa proie. Sa vitesse et sa grâce peuvent réveiller, chez ceux qui l'ont pour totem, un esprit vif et agile.

La crécerelle enseigne la maîtrise de la vitesse et du mouvement. Elle apprend aussi la patience. Elle est souvent le symbole de la capacité à reconnaître les opportunités qui se présentent et à agir sur elles au bon moment. Ce n'est pas seulement la maîtrise de la vitesse qu'elle enseigne, mais la vitesse elle-même ainsi que la précision d'action. La plupart des faucons conjuguent vol et plongeon pour tuer leurs proies en la frappant durement. Ainsi, la crécerelle et les autres faucons nous apprennent à déterminer le bon moment pour agir, mais surtout pour agir quand nos actions rencontreront le plus grand succès.

La crécerelle se rencontre tant en ville qu'à la campagne. Celles de la ville se nourrissent souvent de souris débusquées près des décharges, dans les terrains vagues, ou dans les zones herbeuses où elles trouveront des insectes. J'ai souvent vu des crécerelles perchées sur des poteaux téléphoniques ou électriques le long des artères principales ou des grandes routes, observant attentivement le terrain autour d'elles. La crécerelle se

niche et passe l'hiver en ville, ce qui fait d'elle un totem actif toute l'année. Pour chasser, elle préfère les grandes prairies découvertes, mais elle chasse toujours à partir d'un perchoir. Il n'est pas rare que les personnes ayant la crécerelle pour totem aient envie d'être assises ou positionnées à un endroit d'où elles auront un point de vue sur tout ce qui les entoure.

Tous les faucons en vol se repèrent généralement grâce à leurs longues ailes, leur vol rapide et leurs queues fines. Leurs ailes sont normalement larges à la base, puis se replient vers l'arrière et s'effilent jusqu'aux pointes. Comme je l'ai déjà mentionné, les crécerelles tuent grâce à leur vitesse de vol et à leur frappe percutantes.

La crécerelle mâle a généralement des ailes bleu-gris et une queue rousse distinctive. La femelle a des rayures sur les ailes et sa couleur est plus rouille ou rougeâtre que celle du mâle. Le mâle comme la femelle a des plumes faciales noires, ramenées en arrière comme des favoris.

Elle a une forme de tête assez carrée, qui exprime une sorte de solidité et un contrôle tant du processus de la pensée que de l'élément air. C'est ce trait particulier qui la distingue généralement des autres oiseaux perchés sur des fils électriques. Le plus souvent, elle est perchée toute seule.

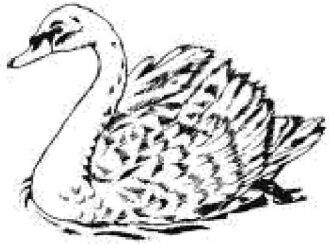
La crécerelle est un oiseau qui peut stimuler un esprit vif, agile et gracieux. Elle vous apprendra à utiliser vos facultés mentales plus efficacement et plus patiemment pour capturer ce dont vous avec le plus besoin et ce que vous désirez le plus.

CYGNE

Points clés : Réveil de la vraie beauté et pouvoir du Soi

Cycle de puissance : Hiver

Le cygne est l'un des totems les plus puissants et les plus anciens. Même son nom en atteste. *Swan* (son nom en anglais) est l'un des plus vieux mots de la langue anglaise. Il nous est parvenu inchangé depuis l'époque de l'Angleterre anglo-saxonne.



Le cygne est un oiseau aquatique majestueux avec un long cou gracieux et un magnifique plumage blanc. C'est le plus grand de tous les oiseaux d'eau. Il se nourrit de plantes aquatiques submergées tendres, et son bec est si sensible qu'il sert de capteur sous l'eau. Les émotions de ceux qui l'ont pour totem vont devenir plus sensibles, et ils vont constater qu'ils se mettent à être plus sensibles aux émotions des autres.

Le plumage du cygne est généralement d'un blanc pur (à l'exception du bec et des pattes). Cela fait de lui un symbole solaire. Mais il existe un cygne noir en Australie, qui est davantage un symbole nocturne. Et on dit que le cygne symbolise également quelque chose de rare et/ou de non existant.

Le cou du cygne est long et gracieux. C'est l'un des traits les plus caractéristiques de cet oiseau. Le cou est traditionnellement une passerelle entre la tête (le monde supérieur) et le corps (les mondes inférieurs). Grâce au cygne totem, alors que vous commencez à prendre conscience de votre vraie beauté, vous développez l'aptitude à franchir le pont vers de nouveaux mondes et de nouveaux pouvoirs. Cette aptitude à prendre conscience de la vraie beauté intérieure et à la manifester – à lui faire franchir le pont – dans le monde extérieur fait partie des enseignements que le cygne peut vous transmettre. Il peut vous apprendre à voir la beauté intérieure chez vous ou chez les autres, quelle que soit l'apparence. Quand vous êtes capable de le faire, vous devenez un aimant pour les tiers. C'est ce que reflète parfaitement le célèbre conte de Hans Christian Andersen *Le Vilain Petit Canard*.

Le cygne est un oiseau qui aime le froid. Il n'aime pas la chaleur

et supporte parfaitement les températures basses, tant qu'il y a de la nourriture. Ceux qui l'ont pour totem vont mieux apprécier les climats froids que les chauds. De ce fait, le cygne a aussi des connexions avec la direction du Nord et le symbolisme de ce dernier va également devoir être étudié.

L'espèce spécifique de cygne et ses caractéristiques auront une signification particulière tant pour eux que pour vous. Le plus grand des cygnes est le cygne trompette (*cygnus buccinator*). Il doit son nom à son cri puissant qui porte loin. Le cygne siffleur (*cygnus columbianus*) est le plus commun en Amérique du Nord. À dire vrai, son cri ressemble plus à un aboiement qu'à un sifflement. Mais le cygne le plus connu en Amérique comme ailleurs est le cygne tuberculé ou cygne muet (*cygnus olor*). Son premier nom est dû à la bosse qu'il a sur le nez et le second à une croyance selon laquelle il perdrait la voix à sa maturité. Dans les faits, il n'est pas totalement sans voix, mais il incarne parfaitement l'idée de la « force du silence ».

Les cygnes sont des oiseaux puissants. Ils peuvent briser le bras d'un homme d'un coup d'aile et ils mordent fortement. Ce sont aussi des parents dévoués qui s'accouplent pour la vie. Certains vivent jusqu'à quatre-vingts ans. Ils expriment le pouvoir et la longévité rendus possibles par un éveil à la beauté et à la puissance que l'on a en soi.

Le cygne est le totem de l'enfant, du poète, du mystique et du rêveur. Il abonde dans la mythologie et le folklore, en général sous la forme de symboles traditionnels de grâce et de beauté. Les cygnes étaient consacrés à Aphrodite, la déesse de l'amour. On les représentait également tirant le char d'Apollon. Zeus prit la forme d'un cygne pour séduire Léda, une mortelle – ce qui manifeste une fois encore la capacité du cygne à jeter un pont entre les différents mondes et dimensions.

Le cygne est très présent dans le folklore et les contes de fées. Nombre de récits parlent de jeunes filles qui se transforment en ce bel oiseau blanc en revêtant l'atour magique d'une peau de cygne. Si cette peau était découverte, la belle jeune fille devait demeurer humaine et épouser la personne qui avait trouvé l'habit

magique, ou se soumettre à la volonté de celle-ci. Le cygne est donc un lien avec le monde des fées. Nombre de ces contes se finissent tragiquement pour les cygnes, ce qui met l'accent sur la puissance primordiale de la beauté, capable de changer la vie quand elle est libérée. Cela nous rappelle qu'une maîtrise est indispensable si l'on veut travailler efficacement avec une telle énergie.

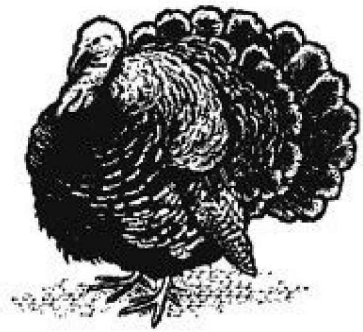
Le mystère du chant du cygne vient de Grèce. Selon cette croyance, le cygne entonnerait son plus beau chant juste avant de mourir. Ce chant du cygne est devenu synonyme de la plus belle fantaisie poétique. Le cygne peut enseigner les mystères du chant et de la poésie, car ceux-ci sont en relation avec l'enfant et la beauté intérieurs.

DINDON

Points clés : Bienfaits partagés et moisson

Cycle de puissance : Automne

Le dindon est parfois surnommé l'« aigle de la terre », notamment par les Amérindiens. Il est associé de longue date à la spiritualité et à la vénération de la terre mère. C'est un symbole de toutes les bénédictions et bienfaits que renferme la terre, mais aussi de la capacité à les utiliser de manière optimale. Le dindon peut vivre jusqu'à douze ans. Douze est un nombre signifiant puisque la terre tourne autour du soleil en douze mois, ce qui manifeste un lien entre le dindon et le cycle vitaliste de la terre. Ceux qui ont le dindon ou la dinde pour totem peuvent s'attendre à une année de moisson.



Les dindons sont des oiseaux originaires du continent américain[20]. Ils étaient même élevés par les Aztèques et les Mayas. Presque toutes les parties du dindon ont leur utilité. On consommait leur chair et leurs œufs. Leurs plumes servaient à la décoration. Et même leurs os permettaient de faire des flûtes ou des sifflets. Chez les Amérindiens, les dindons et les dindes sont l'objet d'une mythologie complexe. Le dindon a aidé à créer le monde en montrant aux humains comment cultiver le maïs et repousser les esprits malfaisants comme les chouettes. Certains récits rapportent comment des sorciers indiens se transformaient en dindons pour aller rôder dans d'autres villages.

Le dindon fait partie de la famille des poules et les caractéristiques de ces dernières vont donc devoir être étudiées par ceux qui ont le dindon pour totem. Certains croient que le nom anglais de cet oiseau, *turkey*, vient du mot hébreu pour paon, *tukki*[21].

Le dindon sauvage est l'un des oiseaux les plus capables d'adaptation. S'il a été jadis menacé, il s'est redéveloppé avec force dans la Nature. Sa principale menace est la perte de son habitat. S'il peut s'adapter à la plupart des environnements, sa préférence va aux terres boisées.

Le régime alimentaire du dindon est varié, mais il peut manger jusqu'à une livre de glands par jour. Les noisettes et les glands ont souvent été associés à la sagesse cachée et à de nouveaux germes. Les animaux et les oiseaux qui s'en nourrissent

annoncent souvent l'arrivée prochaine d'une nouvelle nourriture – sous la forme d'une nouvelle sagesse et/ou d'une quelconque sorte de croissance. Le dindon est aussi connu pour ses vols dans les réserves de nourriture des écureuils.

Le mâle a des appendices rouge vif charnus sous la gorge, les caroncules, et une étrange excroissance érectile à l'avant du front. Quand elle est dégonflée, elle pendille le long de son bec comme une antenne flasque. Mais elle peut donc se dresser, notamment lorsque deux mâles se défient. Cette excroissance est très symbolique. Elle est liée à la vieille idée du troisième œil, la vision intérieure souvent associée à l'hypophyse dans des philosophies traditionnelles. Le chakra du front ou troisième œil est le centre de la plus haute vision et on en fait souvent le siège des énergies féminines en chacun de nous. Cela reflète encore une fois les liens du dindon et de la dinde avec la terre mère et toutes les énergies et potentialités féminines.

Le mâle s'occupe généralement de plusieurs dindes. Dans les faits, la femelle s'allonge devant son élu pour attirer son attention. Les dindes utilisent parfois un nid commun pour pondre leurs différents œufs. Cela sous-tend une nouvelle fois le concept d'un partage des bienfaits, à l'instar de leur manière de se protéger les uns les autres.

Beaucoup pensent que les dindons ne peuvent voler, mais c'est faux. Le dindon est capable de décollages rapides et de voler jusqu'à une vitesse de 75 km/h sur de courtes distances. Il peut aussi très bien courir sur ses pattes robustes. Et la nuit, les dindons se perchent dans les arbres pour se mettre en sécurité, en se pressant les uns contre les autres. Ils changent chaque nuit de perchoir. Les dindons trouvent leur force dans le nombre, ce qui, une nouvelle fois, manifeste l'énergie du partage et du collectif.

ÉTOURNEAU/SANSONNET (STURNIDÉS)

Points clés : Comportement de groupe et savoir-vivre

Cycle de puissance : Printemps

Les étourneaux sont des oiseaux très sociables. Quand ils ne sont pas en période de nidification, ils se rassemblent en immenses volées. Ils voyagent et se nourrissent presque toujours en groupe. Pour cette raison, les étourneaux transmettent des leçons relatives au comportement collectif et au savoir-vivre en collectivité. Ils peuvent vous apprendre à être plus efficace au sein d'un groupe, mais aussi à voir que votre comportement peut être inapproprié dans des contextes de communauté. Tout ce qui concerne le comportement – bon ou mauvais – au sein d'une collectivité relève des enseignements de l'étourneau. Ce dernier peut manifester des comportements collectifs inappropriés, par exemple lorsqu'il assaille en groupe d'autres oiseaux. Les moineaux, les merlebleus, les rossignols et même les crécerelles peuvent être attaqués occasionnellement par des volées d'étourneaux. Seul le petit-duc est suffisamment fort pour faire face à de tels comportements de l'étourneau.

Si l'étourneau est apparu dans votre vie, posez-vous quelques questions importantes. Avez-vous l'impression que tout se ligue contre vous dans votre existence ? Exercez-vous une pression excessive sur des tiers ? Ces derniers temps, comment vous êtes-vous comporté en groupe ? Tout cela peut vous servir d'avertissement quant à d'éventuels mauvais comportements. Si vous vous êtes senti assailli de toutes parts, il vous faudra sans doute étudier le petit-duc et méditer sur celui-ci pour expurger cette situation.

Au printemps, le bec de l'étourneau est jaune. Cela traduit une énergie renforcée au regard de l'expression orale. Vous allez devoir veiller à ce que vous dites, car les gens auront tendance à interpréter vos propos de manière incorrecte ou disproportionnée. Et c'est aussi une invitation à moduler pareillement votre sensibilité aux propos des tiers.

L'étourneau a le don d'imiter des dizaines d'oiseaux. On retrouve là les enseignements de la vie communautaire. Pour que le plus grand nombre vive en paix au sein d'une communauté, il faut être capable de communiquer dans différentes langues. C'est une partie de ce que manifeste l'étourneau. Il est un symbole de

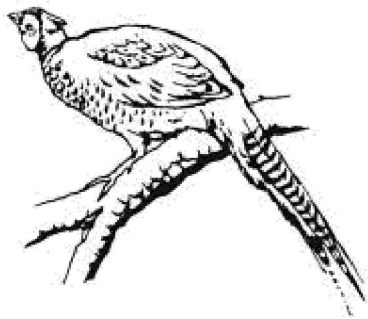
l'aptitude à communiquer plus clairement (le bec jaune) avec les congénères de la volée.

FAISAN

Points clés : Fécondité et sexualité familiales

Cycle de puissance : Toute l'année

Ceux qui ont le faisan pour totem seront avisés de se pencher aussi sur la poule et le coq de bruyère. Bien que tous ceux-là soient de la même famille, ils présentent quand même des différences. Pour survivre dans la nature, le faisan a besoin de prairies et de champs de céréales, de haies et de broussailles. Là encore, ceux qui l'ont pour totem vont devoir étudier ces environnements.



Originellement, les faisans sont venus de Grèce, plus précisément de la région du fleuve Phase (*Phasis*, aujourd'hui *Rioni*), qui a donné son nom à cet oiseau (*Phasianus*, son nom scientifique). Ils vivaient dans la nature du royaume de Colchide. Aujourd'hui, certains faisans sont encore sauvages, comme le sont le coq de bruyère ou la caille qui sont des cousins quelque peu lointains. D'autres – la plupart pour être exacts – sont domestiqués. De ce fait, le faisan est le plus souvent lié aux énergies de la fécondité et de la sexualité familiales.

La plupart des faisans ont de splendides plumes de queue,

depuis longtemps associées à la sexualité et à la suprême expression de celle-ci. Les couleurs et les styles de plumes peuvent fournir des informations encore plus importantes, dans la mesure où les plumages et les types de faisans varient considérablement. Un faisan de Colchide – ou faisan à collier, le faisan le plus commun – se reproduit extrêmement bien dans la domestication. Les marques en forme de collier de son cou reflètent cette fécondité et cette croissance au sein de sa famille – un mouvement exponentiel en spirale. Un autre exemple pourrait être celui des plumes de faisan striées que l'on appelle en anglais *badger feathers* (littéralement « plumes blaireaux »). Ces plumes fuselées à rayures rappellent l'apparence du blaireau. Par conséquent, ceux qui ont un faisan totem avec de semblables plumes seront bien avisés d'étudier le blaireau lui-même.

Les couleurs sont très révélatrices et la plupart des faisans arborent une grande variété de coloris et de plumes qui devraient être examinés. Tous peuvent refléter différents aspects des énergies que le faisan symbolise pour vous. Les faisans sont d'excellents instructeurs pour créer une ambiance romantique par la chaleur des couleurs.

FRINGILLIDÉS (BOUVREUIL, PINSON…)

Points clés : Énergie de la variété et de la multiplicité

Cycle de puissance : Diffère selon les espèces

Les fringillidés (*finch*), auxquels appartiennent les bouvreuils, pinsons et autres chardonnerets, constituent l'une des espèces d'oiseaux les plus nombreuses en Amérique du Nord. Un oiseau de cette famille qui devient un totem va toujours accroître les occasions de vivre toute une variété d'activités. Tout va être amplifié. Pour mieux comprendre le rôle de chacun de ces oiseaux dans votre vie, il sera important d'identifier les différentes espèces de fringillidés.

Il en existe plus de trois cents. Certaines de ces espèces sont décrites spécifiquement dans ce dictionnaire. Mais vous allez devoir en étudier d'autres par vous-même. Ce grand nombre de variétés reflète une aptitude à se multiplier et à se mélanger avec un grand nombre d'environnements et d'individus différents. Si un fringillidé est entré dans votre vie, guettez de nouveaux types d'expériences et de rencontres avec des personnes appartenant à tous les milieux.

Faites particulièrement attention aux couleurs de ces passereaux. Et, à ce propos, ne vous contentez pas de vous fier à son nom. Par exemple, le roselin pourpré n'a généralement que peu voire pas de pourpre ou de violet sur lui (alors que son nom anglais, *purple finch*, notamment, se concentre sur cette teinte pourpre). Sa couleur tire davantage sur le vieux rose. Étudiez la localisation de l'oiseau et sa provenance si possible. Le folklore de cette région vous en apprendra beaucoup. Par exemple, le *chardonneret* était l'oiseau légendaire du bonheur chez les Allemands de Pennsylvanie (qui l'appelaient *distelfink* ; en anglais, *thistle finch*).

Les fringillidés ont un merveilleux don pour le chant. Certains ont été éduqués dans ce sens, comme les canaris. Encore une fois, cela reflète toute une variété de potentiels susceptibles de s'accroître dans votre existence. Chaque fois qu'un de ces petits oiseaux arrive, la vie est sur le point de devenir plus active.

GEAI BLEU

Points clés : L'utilisation correcte du pouvoir

Cycle de puissance : Toute l'année

Le geai bleu a longtemps été considéré comme une petite « terreur » et un voleur. Mais bien qu'il puisse avoir ces tendances, il a d'autres qualités qui lui permettent de se faire remarquer plus positivement. Pour ceux qui ont le geai pour totem, il peut leur apprendre à utiliser correctement leur pouvoir. Mais il peut aussi leur montrer comment ne pas se retrouver dans une position où le pouvoir sera utilisé à leurs dépens.

Le mot « geai » vient du latin *gaia* ou *gaea*, qui est lié à la terre mère. Dans la mythologie grecque, l'union de Gé, la terre mère, et d'Uranus, le ciel père, a donné les premières créatures ayant l'apparence de la vie. Cela en dit beaucoup à propos du pouvoir intrinsèque associé au geai. Il a la capacité de relier les cieux et la terre, afin d'accéder à chacun pour développer un pouvoir encore plus grand.

Les marques noires et blanches que l'on va trouver sur les ailes bleues expriment cette même aptitude. Le ciel (bleu) sépare les cieux supérieurs (blanc) et la terre (noire). C'est un totem qui peut se déplacer entre les deux et tirer profit des énergies primordiales de chacun d'eux. Le geai est conscient de ce don inné et c'est ce que traduit sa crête bleue – la plus haute connaissance susceptible d'être utilisée.

Le principal problème qui se pose est le risque de n'aborder que superficiellement chacun des deux mondes, au lieu de devenir un véritable maître dans les deux. Bien souvent, ceux qui ont le geai pour totem ont potentiellement beaucoup de capacités à leur disposition, mais elles sont fréquemment dilapidées ou seul le strict nécessaire est mis en œuvre. Il n'est pas rare de voir des individus avec le geai bleu pour totem n'être que des dilettantes – surtout dans les domaines psychique et métaphysique. Ils savent des bribes de beaucoup de choses et il leur arrive d'utiliser cette connaissance pour donner l'impression d'en connaître plus qu'ils n'en savent vraiment et d'être des vrais maîtres qu'ils ne sont pas.

La crête bleu vif du geai doit toujours rappeler que se coiffer de la couronne de la vraie maîtrise réclame du dévouement, de la responsabilité, et de se consacrer à mener à bien toutes choses dans les domaines physiques et spirituels. Le geai bleu nous rappelle que nous devons achever tout ce qui est mis en œuvre – il ne s'agit pas simplement de commencer quelque chose puis de tout laisser en plan.

Le geai bleu indique qu'une période de plus grandes ressources et d'adaptabilité arrive. Vous allez avoir d'amples opportunités pour développer et utiliser vos aptitudes. Normalement, le geai ne migre pas et reste dans le secteur tout l'hiver. De ce fait, vous pouvez le chercher et vous disposerez de tout le temps nécessaire pour développer vos énergies et vous en servir pour accéder à de nouveaux niveaux. Le geai restera à proximité tant que vous en aurez besoin.

Le geai bleu appartient en réalité à la famille des corvidés (corbeaux, corneilles…) et la plupart des oiseaux de cette famille ne connaissent pas la peur. Les corbeaux, les geais et ceux de leur espèce se rassemblent pour harceler et chasser les chouettes et les faucons. Le geai est intrépide et c'est pour cela qu'il peut vous aider à vous connecter aux plus profonds mystères de la terre et aux plus élevés des cieux.

Le geai bleu est un excellent imitateur, avec des yeux et une voix perçants. Il a en particulier un don formidable pour imiter les buses à épaulettes. Les naturalistes de jadis étaient convaincus

que le geai bleu tirait du plaisir de cette activité. Comme pour tous les autres membres de sa famille, cet esprit de recherche du plaisir – souvent aux dépens de tiers – peut refléter un déséquilibre. Le geai se montre parfois quand cela se produit dans votre vie.

Les geais bleus ont une extraordinaire aptitude à la survie bien qu'ils y consacrent le minimum d'efforts. Ils manifestent en cela un grand talent, mais celui-ci doit être développé et utilisé correctement. Si le geai se montre à vous, cela veut sans doute dire que vous êtes sur le point de commencer à exprimer la royauté innée qui est en vous, ou simplement à vous déclarer comme « prétendant au trône ». Tout dépend de vous. Le geai n'a aucun scrupule. Il peut vous apprendre à aller dans l'une ou l'autre direction.

GÉOCOUCOU DE CALIFORNIE

Points clés : Vitesse et agilité mentales

Cycle de puissance : Printemps et été

Le géocoucou de Californie (en anglais, *road-runner*, « coureur de grand chemin » ; également appelé coucou terrestre de Californie) est un oiseau strié, d'environ soixante centimètres de haut. Il a une crête sur la tête, ce qui, comme pour tous les autres oiseaux dotés d'un tel attribut, exprime une activation des facultés mentales. Il vit dans les secteurs arides parsemés de cactus et de mesquites (acacia du Mexique) et ces environnements devraient être aussi étudiés par ceux qui ont le géocoucou pour totem.

Le géocoucou mange des sauterelles en grande quantité. De nouveau, il sera bon de s'intéresser aux qualités et caractéristiques de cette proie si cet oiseau est votre totem. Elles vous fourniront des éléments sur le rôle que va jouer le géocoucou dans votre vie (vous pouvez, pour cela, vous référer à la quatrième partie de ce livre traitant des insectes).

Le géocoucou est bel et bien un coucou terrestre. Il s'est adapté à la vie à terre et a quasiment perdu toute sa capacité de voler. Mais en de rares occasions, il y parvient encore. Donc la course est sa plus grande compétence, puisqu'il peut atteindre une vitesse de plus de 30 km/h.

Cet oiseau rapide enseigne l'agilité et la vitesse mentales. Ceux qui l'ont pour totem vont apprendre à penser vite et par soi-même. Le géocoucou vous aide à comprendre comment faire évoluer vos processus mentaux avec célérité et habileté. Ainsi, mentalement, vous pourrez juger opportun et plus facile de vous interrompre, de changer d'axe et de vous élancer de nouveau, mais dans une autre direction si nécessaire.

La queue du géocoucou fonctionne comme un frein à air et un gouvernail. Elle facilite les arrêts et les changements de direction du processus mental. Elle implique aussi une activation de la Kundalini, d'une manière qui va vous permettre de manifester vos pensées. Au lieu de planifier sans jamais réaliser, vous allez avoir de plus en plus d'opportunités de planifier, certes, mais surtout de

mettre en œuvre vos plans.

Les individus ayant le géocoucou pour totem sont sans arrêt en train de penser. Il est parfois difficile de suivre le rythme de leur raisonnement. Mais s'ils peuvent être quelque peu ralentis, ils pourront vous montrer des connexions et stimuler des idées que vous n'auriez pas cru possibles. Leurs esprits sont constamment en activité.

GROS-BEC

Points clés : Guérison du cœur familial

Cycle de puissance : Printemps et été

Le gros-bec (ou cardinal) à poitrine rose est un merveilleux petit oiseau. Sur son poitrail, il arbore un triangle de couleur rose qui ressemble à un cœur en sang. Ce totem peut nous apprendre à guérir toutes les vieilles blessures d'origine familiale.

Le gros-bec à poitrine rose
Ce magnifique petit oiseau peut nous en apprendre beaucoup sur les justes relations familiales. Il peut nous aider à guérir les blessures familiales et à restaurer l'amour au sein de la famille.

Le gros-bec a une magnifique voix mélodieuse. Celle-ci est très signifiante. Une mélodie est formée par une association de notes. Une note unique ne crée pas de mélodie. Le gros-bec peut nous aider à voir nos relations familiales comme une vraie mélodie – chaque note distincte faisant partie d'un ensemble plus grand. Il

doit nous permettre de comprendre en quoi notre famille a influencé nombre de nos schémas de vie.

Les gros-becs ont le sens de la famille. Le mâle est un époux affectueux et un bon parent. Il consacre du temps à couver les œufs. C'est un soutien de famille efficace. Il éveille fierté et noblesse en matière de parentalité.

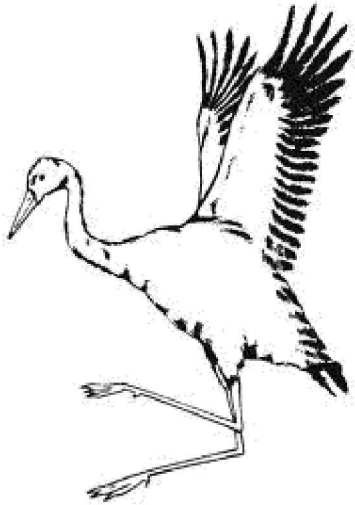
C'est aussi un oiseau migrateur qui passe ses hivers en Amérique centrale et Amérique du Sud. Ceux qui l'ont comme totem pourront envisager des connexions entre leurs vies passées et cette partie du monde. Concernant ces vies passées, justement, vous allez peut-être découvrir que votre famille actuelle y a aussi joué un rôle significatif. Cela devrait vous permettre de repérer des schémas familiaux que vous auriez rapportés de ce passé lointain dans votre vie présente, conjointement aux membres de votre famille actuelle.

GRUE

Points clés : Longévité et création par la concentration

Cycle de puissance : Toute l'année, au cours de la journée

Pour les anciens Chinois, la grue était un puissant symbole de justice et de longévité, mais aussi l'un des nombreux symboles solaires. La grue est un oiseau d'eau, ce qui veut dire qu'il vous aidera souvent à apprendre comment exprimer vos énergies féminines.



Depuis le xxe siècle, la grue blanche (*grus americana*¸ le plus grand oiseau d'Amérique du Nord) est un symbole du mouvement de préservation de la Nature et de la vie sauvage. À un certain moment, du fait d'une chasse effrénée, elle a failli disparaître. Si la grue se manifeste pour vous comme totem, cela peut très bien vouloir dire que vous allez récupérer ce qui a presque disparu en vous.

La plupart des photos de grues ne montrent que des oiseaux adultes. C'est en partie dû au fait que les oisillons de grues sont rares et que leurs parents veillent particulièrement à élever dans le secret leur progéniture vulnérable. Cela peut refléter pour vous un nouvel instinct de protection, ou même un besoin de cacher une chose à laquelle vous auriez donné « naissance » récemment ou que vous seriez sur le point de faire naître.

Si les grues pondent généralement deux œufs, elles n'en élèvent normalement qu'un, ce qui peut exprimer l'importance de ne pas diviser son attention – particulièrement en matière d'éducation des enfants, que ce soit des enfants « réels » ou symboliques, comme des projets spéciaux. Les femmes qui ont la grue pour totems feraient mieux de rester à la maison au lieu de partager leur temps entre le travail à l'extérieur et la maternité. Si

c'est impossible – comme c'est souvent le cas dans le monde moderne –, la grue peut vous enseigner à accomplir au mieux les deux tâches simultanément.

Cet oiseau peut aussi fournir des éléments sur les vies passées. « En Chine, elle est "le patriarche de la tribu à plumes" et au Japon, elle est l'"honorable seigneur grue". Elle est généralement représentée dans l'art oriental avec le soleil et des pins. À l'inverse, dans la mythologie celtique, elle est consacrée au roi du monde inférieur et annonce la guerre et la mort[22]. »

L'un des aspects les plus remarquables de cet oiseau est son chant sonore. Sa tonalité envoûtante rappelle une sorte de célébration primordiale de la naissance. Ainsi la grue peut-elle vous apprendre comment célébrer vos ressources créatrices et les garder actives – quelles que soient les conditions dans lesquelles elles se manifestent –, simplement en accordant aux choses l'attention idoine dans votre vie.

HÉRON

Points clés : Autodétermination et autonomie agressives

Cycle de puissance : Printemps

Il existe de nombreuses variantes de hérons, incluant les butors et les aigrettes. Les cigognes et les grues ne devraient pas être confondues avec cette famille (celle des ardéidés). Les hérons font partie d'un groupe d'oiseaux appelés « échassiers » (en anglais, *waders*). Le héron est un oiseau des marais et des eaux peu profondes. Tous les échassiers ont des caractéristiques physiques semblables : des pattes longues et fines, de longs cous et de longs becs pointus. Ces traits physiques sont importants à comprendre pour ceux qui ont un héron pour totem.

Les pattes ou jambes permettent à l'animal de se déplacer sur la terre. Ce sont des symboles d'équilibre qui témoignent d'une capacité à progresser et à évoluer. Dans le cas du héron, plus ses pattes sont longues, plus les eaux dans lesquelles il se nourrit peuvent être profondes. Et plus la vie peut être explorée en profondeur. Les longues pattes fines du héron indiquent que vous n'avez pas besoin de grands piliers massifs pour vous soutenir et assurer la stabilité, mais que vous devez vous débrouiller par vous-même. C'est particulièrement vrai et signifiant pour ceux qui ont le grand héron pour totem, car c'est un chasseur solitaire.

Quand il se nourrit, il se tient debout dans l'eau, ce qui traduit une connexion à la terre, tout en induisant l'exploration d'autres dimensions de la planète (en l'occurrence, l'élément aquatique). Il est important pour tous ceux qui ont le héron pour totem qu'ils explorent les différentes activités et dimensions de la vie sur terre. En surface, cela peut ressembler à une forme de « barbotage » ou de tâtonnement, mais ceux qui ont cet oiseau pour totem réussissent très bien dans le rôle du bon vieux « touche-à-tout ».

Cette aptitude leur permet de suivre leur propre voie. La plupart des gens ne seront jamais capables de vivre à la manière des hérons. Son fonctionnement n'est pas structuré, et, en apparence, il ne semble garantir ni stabilité ni sécurité. Mais ce n'est qu'une question de perspective. Il y a bien de la sécurité dans la

médecine du héron, car elle donne la capacité à accomplir une grande variété de tâches. Si une voie ou une méthode ne fonctionne pas, une autre le fera. Les hommes « hérons » semblent le savoir de manière inhérente.

Le héron paraît ne pas avoir besoin de beaucoup de monde dans sa vie, ni vouloir être jaloux de son voisin ou rivaliser avec lui, pas plus qu'il ne se montrera traditionnel dans ses choix de vie. Le seul moment où les hérons vivent en colonies est la saison de la reproduction. Ils se distinguent par leur singularité et savent comment capter et profiter de choses et de circonstances dont l'individu moyen ne se soucierait pas.

Le grand héron est considéré comme le roi des marais, même si le hibou des marais a pu être connu pour lui disputer ce statut. Il est le plus grand des hérons et, quand il vole, son cou se replie et se love en S. Cette posture reflète la capacité innée à manœuvrer dans sa vie et à contrôler toutes les circonstances qui se présentent. Pour ceux qui l'ont comme totem, cela veut dire qu'ils vont suivre leurs instincts et faire preuve d'une autodétermination avisée. Vous savez ce qui est le mieux pour vous et c'est dans cette direction que vous allez, au lieu de céder aux pressions des autres.

En vol, le grand héron montre toute sa puissance. Ses pattes et sa tête sont alignées. En chasse, il adopte une allure lente. Et quand il débusque un poisson, il transperce sa proie de son long bec effilé avec une vitesse étonnante. De nouveau, cette vélocité traduit un mouvement agressif vis-à-vis des opportunités qui se présentent.

De son côté, le héron vert a plutôt une couleur bleu ardoise et ses pattes orange sont un trait distinctif. Cette combinaison de couleurs exprime un équilibre inné pour vivre selon son propre style. Il vole silencieusement, et c'est la nuit et au crépuscule qu'on peut le plus souvent le voir. Comme tous les hérons, c'est un oiseau des marais.

Selon les saisons, certaines couleurs de cet oiseau peuvent changer symptomatiquement. L'iris de ses yeux, par exemple, vire du jaunâtre à l'orange vif, comme ses pattes. Méditer sur cette

couleur vous livrera beaucoup d'éléments sur le rôle de cet oiseau dans votre vie.

HIRONDELLE (GENRE *HIRUNDO*)/HIRONDELLE RUSTIQUE

Points clés : Protection et chaleur du foyer et perspective idoine

Cycle de puissance : Été

L'hirondelle est souvent considérée comme l'un des oiseaux préférés, qui annoncent l'arrivée de l'été. Les hirondelles ont tendance à suivre les climats chauds et on pensait donc qu'elles étaient l'un des signes les plus sûrs de l'arrivée des températures estivales. D'un autre côté, on dit aussi que l'hirondelle ne fait pas le printemps… ni l'été.

Tout un ensemble de légendes et de contes est propre à cet oiseau. Une légende indienne raconte qu'une hirondelle vola le feu du soleil et le rapporta sur terre avec les plumes de sa queue. C'est à cause de cette action que la queue des hirondelles serait aujourd'hui fourchue et effilée. Du fait de cette histoire et parce que l'hirondelle arrive avec le temps chaud, elle est associée au soleil et au feu.

Les Indiens du sud-est des États-Unis suspendent des gourdes creuses pour que s'y nichent les hirondelles noires – un membre éminent de la famille des hirondelles. Un examen des hirondelles noires – évoquées plus bas – fournira des éléments sur le symbolisme spécifique de cette espèce.

Au cours du Moyen Âge, un grand nombre de croyances furent attribuées à l'hirondelle. Beaucoup pensaient qu'elle connaissait une pierre ou une herbe magique (chélidoine) qui pouvait rétablir la vue. Une étude de la chélidoine (la petite, autrement appelée ficaire, ou plus communément « bouton d'or ») pourra fournir des perspectives complémentaires. Dans une légende scandinave, l'hirondelle serait venue planer au-dessus de la croix et aurait crié « courage ! » à Jésus.

Une hirondelle nichant sur une maison serait signe de

protection et de préservation contre une catastrophe, en particulier un incendie ou une tempête. Une hirondelle volant haut dans le ciel indiquait que le temps serait beau. En volant plus près du sol, elle annonçait la pluie. Un examen des caractéristiques et comportements de l'hirondelle aidera à définir son rôle et ses capacités en tant que totem.

L'hirondelle est un petit oiseau se nourrissant d'insectes. Elle a un petit bec, mais elle est capable de l'ouvrir incroyablement grand. Ce détail suggère une communication plus importante qu'elle ne paraît. Les gens expriment-ils des choses qui, en réalité, ont une autre signification ? Est-ce que nous disons plus que nous ne le croyons ? Avons-nous besoin de faire plus attention à ce qui est dit sans nous soucier de qui le dit et comment c'est exprimé ? Cet aspect de l'hirondelle peut même indiquer qu'il y a une sagesse cachée dans nos propres mots ou ceux des autres.

L'hirondelle se nourrit de nombreux petits insectes nuisibles. Les hirondelles qui nichent aux abords de votre maison vous aideront à contrôler les insectes agaçants, ce qui manifeste une protection subtile de votre foyer et de son environnement. Si une hirondelle se montre dans votre vie, qu'est-ce que cela dit des parasites énervants envahissant votre vie ? Avez-vous besoin de davantage contrôler les choses dans votre existence ? Y a-t-il des petites irritations qui s'accumulent ? Ou êtes-vous vous-même en train de devenir un « insecte agaçant » pour d'autres ? Êtes-vous trop absorbé par les vaines activités matérielles de la vie qui ne vous font pas avancer ? Les tiers en font-ils autant autour de vous ? L'hirondelle amène une énergie qui peut vous aider à résoudre toutes ces questions.

Ce petit oiseau a aussi un vol très gracieux. À dire vrai, il passe peu de temps sur le sol. Il est important que ceux qui l'ont pour totem se souviennent de ce point. Ne vous laissez pas empêtrer trop profondément dans le terre à terre, les tâches bassement matérielles. L'hirondelle se montre souvent quand vous ressassez de vieux problèmes ou questions sans arriver à passer à autre chose. L'oiseau vous signale que vous avez besoin de nouvelles

perspectives.

Les pattes et les doigts de l'hirondelle sont petits et faibles. Cela ne fait que renforcer l'idée mentionnée dans le paragraphe ci-dessus. Si une hirondelle apparaît dans votre vie, cela peut vouloir dire que vous être plus faible quand vous essayez de gérer les choses d'un point de vue strictement matériel. Prenez de la hauteur. Déplacez-vous pour avoir une meilleure perspective. Vous avez moins de force pour résoudre les problèmes quand vous n'êtes pas capable de prendre un peu de distance par rapport à ceux-ci. Vous éloigner un peu vous permettra de voir clairement comment vous renforcer et vous protéger vous-même ainsi que les autres.

L'objectivité est la clé. En gardant votre objectivité, vous serez apte à protéger facilement votre foyer et amener plus de chaleur dans votre vie et celles de vos proches. L'hirondelle peut vous aider à nettoyer votre environnement de ses fléaux et à créer dans votre foyer une énergie d'amour chaleureuse.

HIRONDELLE NOIRE (GENRE PROGNE)

Points clés : Chance et paix communautaire

Cycle de puissance : Fin du printemps et été

L'hirondelle noire est la plus grande des hirondelles en Amérique du Nord. Pour déterminer le rôle qu'elle peut avoir dans votre vie, vous pourrez donc aussi vous intéresser aux hirondelles en général.

La couleur des hirondelles est très significative. Et parmi celles-ci, l'hirondelle noire est celle qui se distingue le plus, et la plus familière. De par cette couleur (qui tire sur le bleu-noir luisant, raison pour laquelle elle est appelée *purple martin*, « hirondelle violette, ou pourpre », en Amérique), elle a été associée avec le divin. Cette teinte et son aptitude au vol lui ont aussi valu le surnom d'« arc et flèche de Dieu » (*God's bow and arrow*). L'hirondelle noire est un oiseau porte-bonheur. Elle a depuis longtemps été considérée comme de bon augure pour les demeures où elle fait son nid, pond ses œufs et élève ses petits.

Dans des temps plus anciens, des calebasses vides étaient suspendues à l'extérieur pour servir de maison aux hirondelles. Elles adoptent naturellement la vie en communauté. De nombreux nichoirs d'hirondelles, construits par des humains, ressemblent à d'énormes complexes d'appartements. Au sein de cet habitat, ils sont en paix les uns avec les autres et cohabitent parfaitement.

Quand l'hirondelle se présente comme totem, guettez un changement positif de fortune. C'est un oiseau qui apporte des énergies de vie positives. Il peut aider à résoudre bien des problèmes liés à la vie sociale ou communautaire. C'est un merveilleux totem sur lequel méditer quand vous arrivez dans un nouvel environnement ou une nouvelle communauté/collectivité. Il contribuera à rendre ce déménagement positif. Il facilitera votre intégration au sein de votre nouveau voisinage et la rendra plus agréable encore.

JASEUR

Points clés : Gentillesse et courtoisie

Cycle de puissance : Printemps – Été

Le jaseur est un aimable et bel oiseau estival. C'est un membre de la famille des cardinaux, ce qui veut dire qu'il sera bon d'étudier parallèlement ces derniers. Il est généralement de couleur caramel, avec des traces de rose ou de mauve et une bande jaune vif à l'extrémité de la queue. Le dessous de son bec est noir et, généralement, un bandeau noir sur les yeux donne l'impression qu'il porte un loup. Au bout de ses ailes, une tache rouge ressemble un peu à un cachet de cire.

Une étude des couleurs vous fournira des informations complémentaires sur les énergies fréquemment associées à cet oiseau. Le fait qu'il ait l'air d'être masqué crée un lien entre le jaseur et l'art de la création de masques et de vêtements rituels. La fabrication de masques est un art ancien, pratiqué dans le monde entier pour les célébrations, les cérémonies et les pratiques magiques en général. Le jaseur détient la connaissance des masques ; il sait comment s'en servir pour se divertir et pour

guérir, notamment quand ils sont associés à la chromothérapie, la guérison par les couleurs.

Les masques sont des outils de transformation, mais la plupart des gens ont peur du changement et de la transition. Ils considèrent ceux-ci comme traumatisants. Mais le jaseur peut précisément montrer comment le changement et la transformation peuvent intervenir aussi doucement et facilement que vous le désirez. Le jaseur enseigne comment utiliser les masques, les coiffes et les peintures corporelles pour créer un passage dans l'esprit, un seuil que vous pouvez franchir pour gagner de nouvelles dimensions.

Comme son cousin le cardinal, le jaseur a une crête sur la tête. Ce trait reflète une sagesse innée qu'il peut réveiller. Mais il a aussi des connexions, bien évidemment, avec les coiffes cérémonielles et leur utilisation pour opérer des changements de conscience.

Le jaseur est en réalité un oiseau très gentil et très poli. Il est aussi connu pour passer de la nourriture à ses congénères. Si un jaseur est entré dans votre vie, demandez-vous si, dans votre existence, la gentillesse se manifeste ou fait défaut. Les tiers vous traitent-ils avec toute la courtoisie que vous méritez ? À l'inverse, leur accordez-vous celle qu'ils méritent ? Avez-vous besoin d'adopter un nouveau point de vue pour vous regarder et regarder les autres ? Est-il possible que vous ne soyez pas assez gentil avec vous-même ? Le jaseur va vous montrer comment réveiller votre gentillesse et en faire une vraie vertu de votre existence.

LORIOT (ORIOLE) D'AMÉRIQUE

Points clés : Le tissage d'un nouvel ensoleillement

Cycle de puissance : Été

Ce magnifique oiseau jaune-orange et noir est considéré comme le premier signe de l'été dans de nombreuses régions septentrionales. Son chant clair et joyeux et ses couleurs vives sont des signes de l'irruption imminente dans votre vie d'une nouvelle lumière solaire dorée. Que ce soit en anglais (*oriole*) ou

en français, le nom de cet oiseau vient du mot latin *aureolus* qui signifie « de couleur dorée ». Cela traduit son symbolisme clé, le « tissage d'un nouvel ensoleillement ».

Quand le loriot apparaît, guettez la manifestation d'un nouveau « soleil » dans les deux semaines à suivre. Cet « ensoleillement » peut se produire dans n'importe quel secteur de votre vie. Faire des prières et méditer avec le loriot sur un quelconque de vos projets contribuera à le faire aboutir ou avancer dans un laps de temps de deux semaines. Ce qui explique cette durée, c'est que les œufs du loriot (en général quatre à six) éclosent en deux semaines.

Le mâle est généralement proche de la femelle. On peut y voir bien des connotations, notamment à l'aune de cette symbolique de l'apparition d'un nouveau soleil. Guettez des changements positifs ou même un véritable ensoleillement dans vos relations. Cet oiseau est un signe avant-coureur d'unions bienheureuses et débordant d'énergies positives.

Comme cela a été ou sera encore mentionné à propos de plusieurs autres oiseaux, les couleurs orange-jaune et noire sont associées aux esprits de la Nature dans les sciences métaphysiques traditionnelles. Ce sont spécifiquement les couleurs de l'archange Uriel qui supervise toute activité des esprits de la Nature sur la planète. Le loriot peut ouvrir la porte à toute relation positive avec les membres du monde de la Nature.

La présence d'un loriot ou de son nid dans l'environnement de votre maison indique souvent que les fées et les elfes sont à proximité ou à l'intérieur de votre logis. Le nid est souvent « tissé » avec des fibres végétales et suspendu à des branches en forme de fourche. Cette suspension reflète l'aptitude de l'oiseau à vous aider à « suspendre » le temps et l'espace, et à vous reconnecter avec le soleil intérieur de votre âme. Les fourches et les intersections sont toujours des endroits où les mondes et les dimensions s'entrecroisent tout en créant des passages.

Le loriot est un « tisserand ». Ses nids sont tissés de manière très complexe et il manifeste ainsi un talent grandissant pour

tisser votre vie selon de nouveaux schèmes – susceptibles de vous apporter une joie plus grande. Dans un chapitre précédent, j'ai mentionné un bâton de prière efficace pour travailler avec les loriots. Le bâton de prière en question sera fourchu, je l'ai dit, et une dent de la fourche sera peinte en noir et l'autre en orange. C'est un outil puissant à construire quand vous entamez une entreprise ou un projet.

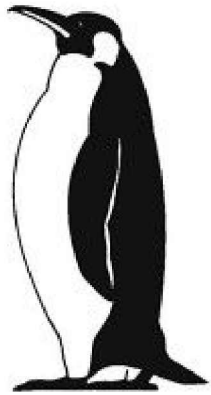
Le loriot va donc vous aider à « tisser » un nouvel ensoleillement resplendissant dans tous les secteurs de votre existence que vous voulez. Il vous permettra de redécouvrir votre enfant intérieur et de régénérer votre sens de la joie.

MANCHOT

Points clés : Rêve lucide et projection astrale

Cycle de puissance : Toute l'année

Le manchot[23] est un des rares oiseaux qui ne volent pas. Mais ses ailes ont quand même une fonction quand il est dans l'eau. Le manchot est un excellent nageur et ses mouvements dans l'eau sont aussi fluides et lisses que le vol des autres oiseaux. Ses ailes servent de nageoires, permettant au manchot de se propulser et de se diriger dans l'eau.



Le manchot peut littéralement sauter hors de l'eau et atterrir sur

ses pieds. Il peut ainsi faire des bonds de deux mètres. Cette aptitude au saut et son association avec l'eau sont très symboliques. L'eau est le plan astral de la vie, la dimension du rêve. Sa capacité à manœuvrer si librement traduit un réveil de la conscience onirique. Tous ceux qui ont un manchot pour totem peuvent s'attendre à faire l'expérience du rêve lucide. Quand, au cours du rêve, vous devenez conscient que vous rêvez, alors vous pouvez modifier celui-ci. Et alors que vous changez votre état de rêve, vous transformez aussi ces mêmes énergies qui agissent sur vous lorsque vous êtes pleinement éveillé.

Quant au bond hors de l'eau pour retomber sur ses pieds sur un sol ferme, il reflète la capacité à quitter son corps. Le manchot nous apprend donc comment sortir consciemment de notre corps. Les expériences de sortie hors du corps (ESHC ou voyage astral) sont encore l'un des domaines les plus fascinants du mysticisme. Elles captent l'imagination. Le manchot est un expert pour se glisser en pleine conscience dans et hors du corps.

Les comportements et activités de cet oiseau peuvent néanmoins refléter encore d'autres énergies actives dans votre vie. Les mâles de l'espèce des manchots empereurs participent à la protection et au soin des œufs. Les empereurs ne construisent pas de nid. Quand l'œuf est pondu, le père le place sur ses pattes, dans un repli de peau, pour l'empêcher d'être gelé par la glace. Pendant deux mois, jusqu'à son éclosion, le mâle n'abandonne jamais l'œuf. Il va être recouvert par les plumes du père. Tant qu'il n'a pas éclos, le mâle se déplace à peine et il ne mange pas. Après l'éclosion, la mère prend le relais et s'occupe du petit.

Cette pratique est aussi très symbolique. Rappelez-vous que l'eau est associée aux énergies féminines dispensatrices de vie. Le manchot empereur manifeste une plus grande expression de ces énergies dans votre vie. Ceux qui ont un manchot empereur comme totem auront certainement à vivre une période de deux mois au cours de laquelle ils vont nourrir, protéger et aider à éclore leurs énergies créatives. Le fait que le mâle assume aussi fortement un rôle traditionnellement féminin traduit un éveil accru

aux rêves, aux états modifiés et à la création.

MARTIN-PÊCHEUR

Points clés : Nouvelle chaleur, soleil, prospérité, et amour

Cycle de puissance : Solstice d'hiver et saison hivernale

La mythologie grecque raconte la légende d'une femme du nom d'Alcyone et de son époux Ceyx. Peu après leur mariage, Ceyx doit partir en voyage. Au cours du périple, une tempête éclate et il se noie. Tout le temps de l'absence de son époux, Alcyone parcourt quotidiennement le rivage, attendant le retour de l'aimé. Au bout de plusieurs mois, le corps de Ceyx est rejeté sur la plage.

Alcyone fut si écrasée de douleur qu'elle se jeta dans l'océan. Émus par son amour et sa tristesse, les dieux décidèrent de métamorphoser le couple en martins-pêcheurs. Ils jaillirent alors des vagues et s'élevèrent joyeusement dans le ciel bleu. Il fut alors déclaré que les mers demeureraient calmes et que le soleil brillerait sept jours avant et sept jours après le jour le plus court de l'année. Cette période prit le nom de « jours alcyoniens ». Aujourd'hui, toute journée ensoleillée en mer est appelée « jour alcyonien ».

Le martin-pêcheur est de longue date un symbole de paix et de prospérité. Il existe de nombreuses légendes et superstitions à son propos. La plupart ont pour origine le mythe grec évoqué ci-dessus. Empaillé ou séché, le corps du martin-pêcheur pourrait éloigner la foudre et les tempêtes. Suspendu dans un placard, il chasserait les mites ; en gardant les choses aussi pures et fraîches que l'amour dans le mythe.

En Amérique, le martin-pêcheur est un très bel oiseau avec un plumage d'un bleu-gris terne et un dessous blanc. Dans d'autres parties du monde, la plupart des martins-pêcheurs sont bleu vif et verts. Une vieille légende raconte que tous les martins-pêcheurs étaient jadis gris terne. Lorsque Noé les libéra de l'arche, ils s'envolèrent vers le soleil et le ciel bleu. En s'élevant vers l'astre solaire, ils se brûlèrent et leur plumage adopta une nouvelle

couleur plus lumineuse.

Le bleu est souvent associé à la planète Jupiter en astrologie, la planète de l'abondance. Le martin-pêcheur est une promesse d'abondance – une promesse de nouvelle chaleur, de prospérité et d'amour sur le point de se manifester dans votre vie. Il a aussi une crête sombre, reflétant une abondance souvent associée à la royauté.

La coloration du martin-pêcheur est unique au regard de la plupart des oiseaux. La femelle est plus colorée que le mâle. Certains attribuent cette caractéristique à la légende d'Alcyone et au fait que son grand amour émut les dieux et rendit la vie à son époux. Cela signifie que manifester un amour dévoué jusqu'au sacrifice peut déboucher sur une nouvelle vie pour nous et pour ceux qui nous sont proches.

Le martin-pêcheur est encore différent des autres oiseaux d'une autre manière. Il construit son nid dans des trous des rives le long de l'eau, ou tout au moins aussi près de l'eau que possible. Parfois, il creuse un tunnel dans la rive, pouvant faire plus de trois mètres. Il pond cinq à huit œufs, généralement au fond du tunnel. Normalement, quand le temps est venu pour les petits de sortir du tunnel, ils sont prêts à vivre par eux-mêmes. Les parents ayant un martin-pêcheur pour totem ont le don d'apprendre à leurs enfants à jouir de la vie, mais aussi à prospérer dans celle-ci.

Les individus ayant cet oiseau pour totem ont besoin d'être près de l'eau et, de préférence, le plus au Nord possible. Le martin-pêcheur préfère les climats nordiques (vous pouvez avoir envie d'examiner le martin-pêcheur en relation avec la direction du Nord, que nous avons déjà évoquée dans cet ouvrage). Il poussera aussi loin que possible au nord, tant qu'il y aura des sources d'eau accessibles où chasser.

Le martin-pêcheur est un oiseau téméraire, qui pêche pour vivre. On le voit souvent voler autour des mares, des torrents et des rivières. Il plonge la tête la première dans l'eau pour attraper de petits poissons. Son talent pour extraire de la vie des eaux afin de se nourrir reflète la capacité du martin-pêcheur à faire naître de

nouvelles opportunités en vue de créer de la prospérité. Souvent, cela veut dire que vous allez devoir plonger la tête la première dans une activité, mais ce sera généralement bénéfique.

Si un martin-pêcheur est venu à vous, préparez-vous à plonger dans quelque chose de nouveau. Évitez-vous la nouveauté en général ? Avez-vous peur de plonger ? Avez-vous besoin d'une nouvelle ardeur ? N'ayez pas peur. Si un martin-pêcheur est dans le secteur, vous ne vous noierez pas. En réalité, vous allez découvrir qu'au final, c'est un nouveau soleil et une nouvelle prospérité qui vont inonder votre vie.

MARTINET

Points clés : Vitesse et agilité dans la grande quête – l'élixir magique de la salive

Cycle de puissance : Soir

Le martinet est un petit oiseau avec des ailes droites ramenées en arrière un peu en forme de croissant ou de boomerang. Son vol est vif et, comme son nom anglais, *swift*, l'indique, très véloce. Sa queue est courte et à peine visible, ce que l'on peut voir comme une nécessité de ne pas lambiner dans nos entreprises. Si un martinet entre dans votre vie, vous allez encore avoir à vous poser des questions. Saisissez-vous les opportunités quand elles se présentent ? Est-ce que vous – ou des tiers autour de vous – hésitez trop ? Avez-vous tendance à faire les choses trop vite et à perdre le contrôle en cours de route ?

Le martinet peut nous apprendre comment répondre aux personnes et aux situations de la vie avec rapidité et habileté. Il nous montre comment tirer avantage de toutes les opportunités qui se présentent. Le martinet est très actif le soir, mais on peut le voir se nourrir pratiquement à tout moment de la journée. Cela traduit son aptitude à évaluer et répondre rapidement à toutes les occasions. Le martinet nous enseigne que l'hésitation peut vraiment faire rater des opportunités.

Le martinet construit un nid en forme de coupe, aggloméré avec sa propre salive. Il existe un formidable mysticisme autour de la

salive, de son utilisation curative et de ses connexions avec les fluides vitaux primordiaux en vous. Son utilisation en tant que substance cimentante reflète la capacité à mobiliser les énergies et fluides vitaux à différentes fins.

Dans le tantrisme et le taoïsme, il y a, là encore, beaucoup de mysticisme centré autour de la salive. On attribue à celle d'une femme sexuellement excitée un grand pouvoir, dont celui de guérir et de charger des talismans magiques. On peut utiliser la salive comme « témoin » pour soigner une personne qui n'est physiquement pas présente. Un « témoin » est toute chose pouvant représenter psychiquement la personne. C'est un lien avec l'individu concerné et son énergie.

Dans certaines pratiques orientales, la salive était considérée comme un nectar qui pouvait servir à différentes fonctions. Physiologiquement, elle refroidit le corps et nourrit le système. La salive d'une femme passe pour particulièrement puissante – suffisamment pour guérir et prolonger la vie quand elle est prélevée alors qu'elle se trouve dans un état d'excitation.

Le baiser est souvent exploré dans les pratiques de l'amour tantrique ou hindouiste. Des baisers différents assument des fonctions différentes. Ceux qui ont le martinet pour totem feraient bien d'explorer cette question puisque cet oiseau se sert de la salive à des fins spécifiques.

Au surplus, utiliser le baiser comme une forme de protection psychique est une pratique très ancienne. Donner un baiser (et donc de la salive) confère de l'énergie psychique et, corrélativement, active les centres psychiques. La salive scelle et protège les parties du corps les plus susceptibles d'être sujettes à disharmonie. Elle favorise aussi une plus grande distribution de l'énergie amoureuse au cours de l'activité sexuelle. Les énergies du martinet manifestent parfaitement ce concept, quand on le voit sceller son nid avec de la salive.

Le nid en forme de coupe a une signification très claire pour tous ceux qui ont le martinet pour totem. La coupe est un symbole du Saint-Graal, dont la quête nous amène à trouver notre essence spirituelle et à découvrir comment la manifester au cours de notre

présente vie.

Toutes les coupes sont associées aux énergies féminines. Une coupe contient et garde les élixirs (salive). On peut s'en servir pour les répandre comme la corne d'abondance. Le nid fait office de rappel nous invitant à agir rapidement et puissamment sur nos énergies féminines. Apprenez à puiser vos eaux et à activer la magie qui se trouve à l'intérieur. Le martinet vous aidera à y parvenir.

MERLEBLEU

Points clés : Modestie, confiance et bonheur humbles

Cycle de puissance : Hiver et été (changements de saisons)

Le merlebleu est un oiseau natif d'Amérique du Nord. Bien que jadis commun, il est aujourd'hui assez rare. Il apparaît souvent comme un rappel du fait que nous sommes nés pour le bonheur et l'accomplissement, mais qu'à force de nous perdre et de nous engluer dans les activités quotidiennes, bonheur et accomplissement se font rares. Quand les merlebleus se positionnent comme totems, ils doivent d'abord nous rappeler de prendre du temps pour nous faire plaisir.

Les merlebleus font partie de la famille des grives. Alors vous pouvez commencer par étudier ces dernières avant d'approfondir spécifiquement le merlebleu. Les mâles sont entièrement bleus, tandis que les femelles ne portent cette couleur que sur les ailes. De temps en temps, elles ont des nuances orangées ou rougeâtres sur la poitrine. Prêtez attention aux couleurs et à leur localisation. Cela vous fournira des pistes utiles.

Pour les Indiens cherokees, le bleu est la couleur du Nord, tandis que dans nombre de traditions magiques, c'est celle de l'Est. Dans le judaïsme, les bords de la plupart des châles de prière sont bleus. Le bleu est associé au chakra de la gorge et à l'expression créatrice. En somme, le bleu est très symbolique, alors demandez-vous ce que cette couleur signifie pour vous.

L'idée que le merlebleu puisse symboliser le bonheur est assez

récente. Ce concept s'est davantage développé au cours des cent dernières années qu'au cours de n'importe quelle autre période. D'après mes recherches, le merlebleu n'a jamais joué de rôle majeur dans les mythes ou les contes amérindiens.

Cet oiseau a un chant plaintif et une apparence humble, modeste, voire terne. Quand il est perché, il ramasse ses ailes, ce qui donne l'impression qu'il est prêt à plonger. Cela peut symboliser un besoin de travailler et jouer intensément. Une trop grande responsabilité repose-t-elle sur vos épaules ?

Pour les Indiens pueblos, les merlebleus sont considérés comme des oiseaux d'hiver car ils descendent dans les vallées avec la neige et le froid au cours de cette saison. Cette transition de l'hiver à l'été est particulièrement spectaculaire dans les territoires occidentaux des pueblos. Il s'agit d'un passage du grand froid hivernal à la forte chaleur estivale.

Le merlebleu est symbolique d'un passage, d'un temps de déplacement vers un autre niveau d'être. Plus spécifiquement encore, cette idée est connectée à la transformation d'une jeune fille en femme, ce pourquoi le merlebleu est parfois lié aux rites de puberté[24]. Bien évidemment, il y a aussi un rapport avec la fécondité humaine et avec l'irruption d'une nouvelle confiance et du bonheur dans votre vie.

D'autres rites pueblos tournaient autour de l'utilisation des plumes de merlebleus comme baguettes de prière. Elles étaient considérées comme bénéfiques pour la neige et la glace, mais aussi pour faire venir la saison des pluies estivales. Dans la tradition pueblo, il existe encore des rites qui relient ces oiseaux à la fertilité de la terre.

Les merlebleus sont doux et pacifiques. Ils ne manifestent aucune violence volontaire à l'endroit d'autres oiseaux, mais ils savent montre de pugnacité quand ils sont menacés. Ils sont connus pour avoir su mettre en fuite des geais, voire des oiseaux encore plus grands. Généralement, ils construisent un habitat avec une entrée orientée vers le Sud ; la direction pour éveiller l'enfant intérieur. Si un merlebleu entre dans votre vie, cherchez toutes les opportunités de retrouver les aspects innés les plus

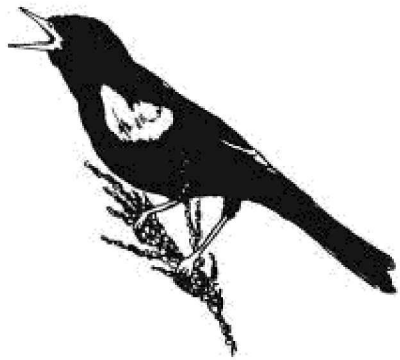
intrinsèques et les plus joyeux que vous avez pu finir par oublier en chemin.

MERLE NOIR

Points clés : Compréhension des énergies de Mère Nature

Cycle de puissance : Été

Le merle noir a de longue date été lié aux présages et au mysticisme. Rien que sa couleur évoquait tant la peur que la promesse. À dire vrai, si l'on parle de merle noir pour la variété la plus connue (en anglais, *blackbird*, littéralement « oiseau noir »), seul le mâle est de cette couleur. Généralement, les femelles ont un plumage brun strié.



Au demeurant, tous les oiseaux que l'on nomme *blackbirds* en anglais ne sont pas noirs, ou pas intégralement noirs. Par exemple, une variété (carouge à tête jaune) a une tête et une gorge jaunes, une couleur qui ressort particulièrement sur le plumage noir. La coloration jaune et noir a depuis longtemps été associée à l'archange Uriel. Celui-ci est considéré comme le plus grand des anges (en taille), avec des yeux capables de voir par-delà l'éternité. Cet être a l'œil sur l'intégralité de la Nature et tous les esprits de celle-ci. Uriel est traditionnellement lié à la saison de l'été.

Une autre variante du merle est la carouge à épaulettes (en anglais *red-winged blackbird*, littéralement « merle/oiseau noir à ailes rouges »). Cet oiseau a une grosse tache rouge sur les ailes, soulignée d'un trait jaune. Ces couleurs le relient au niveau (*sephiroth*) de l'arbre de vie kabbalistique appelé Binah. C'est le niveau associé à la mère noire ou sombre et aux énergies féminines primordiales. Cet oiseau a des liens avec toutes les forces créatrices de la Nature.

Sur l'arbre de vie, le noir est justement la couleur de Binah et le rouge celle de Guebourah (le type d'énergie Mars). Le jaune ou l'ambre est la couleur du chemin qui relie les deux et c'est le chemin du Cancer, le signe de la « mère » dans le zodiaque. La carouge à épaulettes est donc un totem associé aux énergies stellaires du Cancer.

La carouge à épaulettes mâle perd son lustre au cours de l'hiver. Cela montre bien à quel point l'été est pour lui, et donc pour ceux qui l'ont pour totem, le temps de la brillance et de la vitalité. Cela indique aussi qu'il est nécessaire de profiter de l'hiver pour retourner dans la grande matrice de la vie afin de pouvoir produire une nouvelle énergie et des manifestations de cette énergie au cours de l'été suivant.

Les merles font leurs nids dans les marais, les marécages et les taillis – généralement à quelques pas de l'eau. Cela traduit encore une fois un lien avec cette dernière qui est un symbole séculaire de la force féminine et de la Nature. Ils se servent souvent de joncs de quenouilles comme de perchoirs. Une étude des qualités et caractéristiques végétales de la quenouille fournira d'autres perspectives.

Les merles sont connus pour leur capacité à surveiller et à défendre avec acharnement leur territoire, et ils se chargent souvent de chasser toutes les autres espèces du voisinage. De ce fait, la vue de deux merles assis ensemble est fréquemment considérée comme un bon présage. En Europe, les merles ont été associés à saint Kevin de Glendalough, un protecteur des animaux, et une histoire nous raconte comment un merle vint construire un nid dans sa main pour y pondre ses œufs et les

couver. De nouveau, du fait de cette association, avoir des merles nichant dans votre environnement est généralement perçu comme un signe auspicieux. Saint Kevin était connu comme une personne d'une gentillesse et d'un amour infinis.

Les Européens avaient coutume de manger des merles en tourte, comme le rappellent certaines comptines enfantines[25]. Mais en réalité, la plupart du temps, des merles vivants étaient cachés dans des croûtes de tourte vides pour amuser la galerie lors de fêtes populaires. Si le merle entre dans votre vie en qualité de totem, préparez-vous à des surprises et à une nouvelle compréhension des forces de la Nature qui vont se mettre à migrer dans votre existence.

MÉSANGE D'AMÉRIQUE (*CHICKADEE*)

Points clés : Expression de joie et de sincérité

Cycle de puissance : Printemps

La *chickadee* (mésange à tête noire d'Amérique) fait partie de la famille des mésanges (en anglais, *titmouse*). Le terme *tit* est un mot anglais du XIVe siècle pour désigner tout ce qui est « petit ». Quant au terme *mouse*, il vient de *mose*, un mot générique de la même époque pour tout oiseau de petite taille et de couleur terne. Cette mésange d'Amérique est connue pour son chant joyeux. Et pour bon nombre de personnes, son chant d'accouplement est le premier véritable signe du printemps.

La mésange d'Amérique à généralement une calotte noire sur la tête, d'où le nom de sa variété la plus répandue. De nombreux oiseaux arborent une calotte, ce qui a une grande signification. Tout ce qui est associé à la tête a des applications en rapport avec le processus de pensée, la conscience supérieure et les perceptions les plus élevées. Le noir est associé quant à lui au mystère, au féminin et à la grande matrice de la vie. Ainsi, la couleur de la calotte de cet oiseau indique que celui-ci peut vous aider à découvrir les mystères de l'esprit. Il peut stimuler la compréhension et susciter la connaissance d'une vérité supérieure. Il peut aussi vous permettre de percevoir plus clairement dans l'obscurité.

Pour les Indiens cherokees, la mésange est l'oiseau de la vérité. Il nous aide à mettre le doigt sur la vérité et la connaissance. Un conte nous parle d'une sorcière appelée U'tlun'ta (*Spearfinger* ou « Doigt pointu ») qui terrorisait toute la tribu. Elle se cachait pour guetter et tuer tous ceux qui passaient. Après l'avoir tuée, elle arrachait le foie de sa victime avec son doigt tranchant et le mangeait. Rien ne paraissait capable de neutraliser la sorcière dans la mesure où sa peau était semblable à la pierre. Mais une mésange se posa sur elle, en montrant de cette façon aux guerriers de la tribu l'endroit précis où elle était

vulnérable et qu'il fallait viser.

Les mésanges voyagent généralement en groupes, ce qui exprime une sociabilité chaleureuse. Ce petit oiseau est aussi intrépide, n'hésitant pas à s'en prendre à de plus gros volatiles qui le menacent.

Il existe sept sortes de mésanges d'Amérique, ce qui est très signifiant pour ceux qui ont cet oiseau pour totem. Un très vieux mysticisme est associé au nombre sept dans le monde entier. C'est un nombre sacré. Il symbolise l'individu s'élevant du plan matériel de la vie, tel que l'illustre l'image traditionnelle ancienne du triangle (3) sur le carré (4). Il est aussi associé aux sept rayons de pouvoir ou de force, aux sept planètes principales, aux sept corps de l'être humain et aux sept chakras.

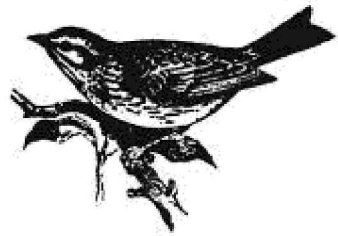
C'est cette dernière correspondance que manifeste le plus fortement la mésange d'Amérique. Quand les sept chakras (ou centres d'énergie) du corps humain sont équilibrés, on peut mieux encore percevoir la vérité dans le monde qui nous entoure. Et cela nous permet aussi de restituer la vérité avec plus de bonheur encore dans notre vie. Certains disent que « la vérité blesse ». Ceux qui ont une mésange comme totem vont apprendre à exprimer la vérité d'une manière qui guérit, équilibre et ouvre les perceptions. La vérité est partagée d'une façon qui ajoute de la joie et du plaisir dans nos vies et celles des tiers.

MOINEAU/BRUANT

Points clés : Réveil et triomphe de la noblesse du peuple

Cycle de puissance : Toute l'année

Le moineau n'a pas toujours eu la réputation de fléau qu'il a aujourd'hui. C'est un oiseau guilleret et sûr de lui qui peut se défendre contre de nombreuses formes de prédation. Il vit dans tous les habitats. Aux États-Unis, il n'y avait aucune régulation naturelle à son propos, donc il s'est multiplié à un taux fantastique.



Comme de nombreux oiseaux, le moineau a sa part de traditions. Une vieille histoire raconte qu'il fut le seul oiseau à accompagner le Christ tout au long de sa crucifixion, ce qui en fait un symbole du triomphe après une longue souffrance. En Angleterre, c'était un symbole des divinités du foyer. Et au cours du Moyen Âge, il était un symbole des paysans et des classes les plus modestes dans toute l'Europe. À cette époque, les paysans étaient souvent sans défense sous le pouvoir des seigneurs. De ce fait, ils aimaient écouter des histoires où l'insignifiant moineau triomphait d'ennemis aussi puissants que les loups, les ours et les aigles – les symboles traditionnels de la noblesse et de ceux qui maltraitaient les paysans.

Sa nette inclination à se multiplier et à s'affirmer en dépit des prédateurs reflète l'idée selon laquelle la noblesse du peuple est intrinsèquement forte. Que ceux qui ont le moineau pour totem regardent autour d'eux. Laissez-vous des tiers s'attribuer votre dignité ? Avez-vous oublié votre propre valeur ? Avez-vous tendance à penser que vous serez toujours sous la coupe de quelque tyran – qu'il s'agisse d'une personnalité morale ou physique, humaine ou sociale ? Le moineau va vous montrer comment survivre. Il va réveiller en vous le sens de votre dignité et de votre valeur en vous aidant à triompher malgré les circonstances extérieures.

Le bruant chanteur – une variété de moineau – est très symbolique de cela. Il a trois taches en forme de triangle inversé sur la gorge et le poitrail : une sombre de chaque côté de sa gorge et une plus grosse en plein milieu du poitrail. Cela traduit la

capacité à capter des énergies pour réveiller les centres du cœur et de la gorge. En somme, il s'agit d'affirmer une volonté susceptible d'exprimer la dignité inhérente à chacun afin qu'elle puisse « chanter » dans votre vie. C'est exactement ce qu'enseigne le moineau.

MOQUEUR

Points clés : Trouver son chant sacré (but de l'âme) et identifier ses dons innés

Cycle de puissance : Toute l'année – Jour et nuit

Le moqueur est un oiseau rendu célèbre par la chanson et l'histoire. C'est un symbole traditionnel du Sud et quiconque a un moqueur pour totem devrait étudier le symbolisme de cette direction. Cet oiseau des bois a un chant magnifique.

En dépit de son apparence simple, la beauté du moqueur est unanimement reconnue. Et elle réside notamment dans son chant. Il a l'une des plus belles voix chantantes de tous les oiseaux, égale à celle du rossignol. Il a aussi un talent pour l'imitation. Les moqueurs peuvent imiter d'autres oiseaux, mais aussi des chats et même des chiens. Certains moqueurs ont un répertoire de plus de trente chants ou cris d'autres oiseaux. Les artistes imitateurs, comme Rich Little, devraient avoir un moqueur parmi leurs totems.

Les moqueurs vivent près des humains parce qu'ils n'en ont pas peur. Ils aiment aussi la compagnie, ce qui induit l'idée selon laquelle les chansons doivent se partager. Ils chantent toute l'année, même en vol, ce qui n'est pas fréquent chez les oiseaux. Ils sont aussi connus pour chanter au clair de lune.

Le moqueur peut vous enseigner le pouvoir du chant et de la voix. Il peut aussi vous apprendre de nouvelles langues, et à les chanter aussi naturellement que si elles étaient votre langue maternelle. Chaque fois que le moqueur se présente comme totem est un bon moment pour apprendre à clamer haut et fort nos talents. Quelle que soit la façon qu'ont les autres de vous voir, attendez-vous dans ces cas à ce que les gens remarquent vos

actions – pas votre apparence.

Le moqueur peut vous permettre d'exprimer vos talents innés et de les exalter – de les « chanter ». Grâce au moqueur, vous allez trouver votre propre chant sacré. En entonnant cet air sacré, vous aurez la sensation que la vie est plus gratifiante et plus signifiante. Même s'ils connaissent leur « chant sacré » intérieur (le but de leur vie), la plupart des gens ont peur d'agir sur celui-ci. Là encore, le moqueur peut vous aider à dépasser cette réserve.

Le moqueur est un oiseau courageux. Pendant la saison de reproduction (le développement de nos chants et dons intérieurs), il attaque des chats et d'autres prédateurs. Il ne tolère pas la moindre impudence et défend férocement son nid. Confiant en ses aptitudes, il engage le combat avec l'intrus.

À la différence de nombreux autres oiseaux, le moqueur peut pondre des œufs deux ou trois fois par an. Cela nous dit encore que les occasions de suivre notre chant intérieur ne sont jamais perdues. Elles reviennent toujours.

Le moqueur est le maître des langages – verbaux et non-verbaux, chantés ou non. Il peut lire le langage du corps et vous apprendre à le faire. Il peut aussi vous enseigner les secrets de toute forme de communication afin d'avoir une vie encore plus réussie. Cette aptitude se traduit dans sa manière de trouver sa nourriture.

Sur ses épaules, il y a des taches blanches proéminentes. Quand il marche, il ouvre les ailes occasionnellement, laissant paraître ces marques blanches. Elles reflètent la lumière solaire qui alarme et effarouche les insectes du secteur. Dès que ceux-ci réagissent et s'envolent, le moqueur les repère et s'en empare pour son repas.

Cette capacité à susciter subtilement des réactions chez les tiers fait encore partie de ce que cet oiseau peut vous enseigner. Il vous aidera également à chasser les insectes nuisibles de votre environnement et à voir où et qui ils sont. Le moqueur vous permet de remarquer des détails infimes que d'autres manqueront. Vous percevez le vrai chant des tiers.

Quand le moqueur arrive, cherchez les occasions de faire entendre votre chant. Suivez votre voie. Apprenez à saisir tout ce que vous pouvez et à y appliquer votre imagination et votre intuition, afin de les exprimer de la manière et avec la tonalité la plus harmonieuse pour vous et votre existence.

MOQUEUR CHAT

Points clés : Langage et communication

Cycle de puissance : Printemps et début de l'été

Cet oiseau couleur ardoise grise avec une tête noire est ainsi dénommé (en anglais, *catbird*, littéralement « oiseau-chat ») à cause du son qu'il émet et qui ressemble à celui d'un chat. Ce chanteur talentueux et infatigable a la faculté d'émettre une grande variété de sons. Cette aptitude, notamment son don pour l'imitation du miaulement du chat, suggère une facilité pour les langues étrangères.

Ceux à qui le moqueur chat se présente comme totem vont découvrir qu'ils sont sur le point d'apprendre une nouvelle forme de communication. Il peut s'agir tout simplement de l'apprentissage d'un autre type de langage, même si, comme je viens de le dire, c'est en général la facilité pour les langues étrangères que les oiseaux moqueurs transmettent le plus efficacement. Mais le moqueur chat peut par exemple refléter la capacité à « déchiffrer » plus aisément les individus.

Le moqueur chat est un peu fouineur. Sa présence devrait vous inciter à être particulièrement prudent quant à ce que vous dites, et à qui. Il y a de grandes probabilités pour que des choses soient rendues publiques ou déformées. La présence du moqueur chat peut vous souffler que des personnes se montrent ouvertement inquisitrices concernant vos propres affaires… ou que vous vous apprêtez à en faire autant vis-à-vis de tiers.

En temps normal, le moqueur chat a deux couvées par saison de reproduction. C'est aussi un oiseau migrateur. Sa présence peut signaler que votre vie va connaître une période brève mais féconde tant qu'il sera dans votre environnement.

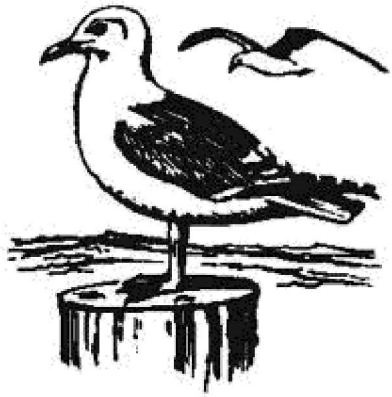
Avoir un chat moqueur comme totem peut indiquer que vous allez rencontrer beaucoup plus de personnes que d'ordinaire. Généralement, il établit sa résidence dans le voisinage des humains et de leurs logis. Si vous l'avez pour totem, guettez les nouvelles personnes qui vont intervenir dans votre vie pour vous apprendre à développer vos aptitudes à la communication.

MOUETTE, GOÉLAND

Points clés : Comportement responsable et communication

Cycle de puissance : Toute l'année

Les mouettes et les goélands (la famille des larinés) sont des oiseaux merveilleux. Beaucoup de monde, notamment dans les régions côtières, a tendance à les considérer comme des fléaux. Mais au sein de leurs communautés, à l'écart de tout contact humain, leur comportement est très différent.



Les mouettes et goélands sont des oiseaux de rivage et, en réalité, ils s'aventurent rarement loin de la terre. Les rivages sont des lieux de grand mystère et de magie. C'est un endroit qui n'est ni la terre, ni la mer ; il est entre les deux. Il s'agit d'un de ces lieux associés au contact avec le monde des fées. De ce fait, ces oiseaux peuvent vous apprendre à communiquer avec ce monde féerique – et en particulier avec les esprits des eaux.

Cette idée est encore renforcée par le fait que les membres de la famille des larinés sont associés tant avec l'élément eau qu'avec l'élément air. Ce sont des oiseaux qui combinent donc l'art du vol et celui de la nage. Dans l'eau, ils flottent sans problème. À dire vrai, ils savent parfaitement évoluer dans les deux royaumes et connaissent les comportements appropriés à chacun d'eux. Cela reflète pour nous la capacité à savoir comment se comporter et agir dans d'autres dimensions que celles qui est normale pour nous.

L'apparition d'une mouette ou d'un goéland induit des aptitudes à adopter un comportement correct, une politesse idoine et une communication adaptée. Cela peut indiquer que vous avez besoin d'apprendre à agir ainsi ou d'être l'enseignant qui transmettra ces leçons. Cela peut aussi suggérer le besoin d'apprendre de nouvelles subtilités en matière de communication.

Les larinés ont développé un code comportemental complexe. Ils ont ainsi mis au point un ensemble de signaux pour toutes leurs activités rituelles. Ils utilisent une combinaison de cris et de postures. De ce fait, ils peuvent vous apprendre à déchiffrer plus efficacement les individus, mais aussi à assimiler les subtilités de communication évoquées plus haut – c'est-à-dire ce qui n'est pas expressément exprimé. Ils peuvent ainsi vous aider à lire entre les lignes et à comprendre le langage corporel des tiers. Ces oiseaux détiennent la connaissance des techniques de la communication psychologique.

Les mouettes contribuent aussi à la propreté des plages et des rivages. Ce sont des oiseaux écologiques. Leur manifestation en tant que totems peut attirer l'attention sur des occasions de travailler dans le domaine de l'écologie en général ou de nettoyer les « rivages » de votre propre vie.

Les petits de ces oiseaux se montrent difficiles en matière d'alimentation. Il faut les stimuler pour qu'ils mangent, et la couleur rouge joue précisément le rôle de *stimulus* alimentaire. La mère a une tache rouge sur le bec. Ses oisillons savent que c'est en piquant cette tache qu'ils vont recevoir à manger. Cette procédure décline bien des leçons subtiles. Par exemple, elle

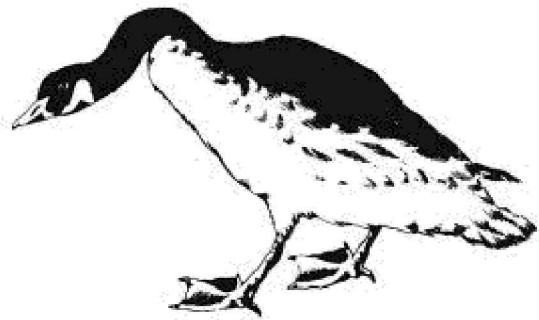
nous oriente vers des comportements alimentaires corrects, mais elle nous incite aussi à adopter un bon régime (physique ou autre) … La liste est longue. Méditer sur cette question vous procurera quantité d'informations formidables sur vos comportements, vos schémas de vie et vos *stimuli*.

OIE

Points clés : L'appel de la quête et les voyages vers des lieux légendaires

Cycle de puissance : Automne (pour les oies des neiges ou oies blanches du Canada spécifiquement, le solstice d'hiver et les pleines lunes)

L'oie est un oiseau associé à une mythologie très ancienne et à un complexe ensemble de symbolisme. À Rome, elle était un oiseau sacré dans le temple de Junon. L'oie des neiges est aussi liée à Borée, le vent du Nord dans la mythologie grecque. Cette oie des neiges est en outre le totem du solstice d'hiver dans la roue-médecine des Amérindiens.



La plupart d'entre nous ont entendu parler de la légendaire « Mère l'Oye » dont les histoires et les comptines apaisaient les enfants. Les mythes, les contes de fées et d'autres histoires du même ordre captent l'imagination des enfants, mais aussi des adultes. L'oie est donc un totem reflétant la stimulation des

émotions enfantines et une croyance en des histoires et des lieux légendaires. Les histoires que nous avons le plus aimées dans notre enfance renvoient souvent à la quête que nous nous sommes donnée au cours de notre existence. C'est pour cela qu'elles résonnent si fortement en nous. Relire les deux ou trois histoires que vous avez le plus appréciées vous aidera souvent à repérer les schémas de votre vie.

Ces histoires peuvent soit avoir marqué votre existence de leur empreinte, soit même avoir semé en vous des idées profondément enracinées. Cela se traduit notamment dans la vie de l'oison nouveau-né. Le bébé de l'oie est généralement marqué par la première chose mouvante qu'il voit.

L'oie peut aussi être un totem pour vous aider à communiquer, particulièrement par le biais d'histoires. Longtemps sa plume a été un instrument d'écriture ordinaire. Les individus désirant écrire – que ce soit des histoires ou autre chose – peuvent faciliter ce processus en collaborant avec l'oie comme totem. Elle stimulera votre imagination et vous aidera à dépasser vos blocages créatifs. Et écrire avec une vraie plume d'oie ne pourra que vous aider encore davantage. De nombreuses boutiques d'arts créatifs vous permettront de vous en procurer aisément une ou d'en façonner une pour écrire.

Comme ses plumes sont aussi les plus communément utilisées dans la literie, l'oie est également un symbole de fécondité et de fidélité conjugale. Pour nombre de personnes, dormir dans une literie en plumes d'oie garantit précisément fécondité et fidélité.

Des superstitions relatives au climat étaient aussi associées aux os du sternum d'une oie rôtie. S'ils étaient bruns, cela annonçait un hiver doux. S'ils étaient blancs ou bleuâtres, ils prédisaient un hiver rude.

Les oies sont des cousines des canards et des cygnes. Elles sont plus terrestres que les premiers et elles sont végétariennes. Pour ceux qui ont une oie pour totem, cela pourrait bien exprimer la nécessité d'introduire davantage de légumes dans leur alimentation… et peut-être même de devenir végétarien au moins pour un temps.

Les oies s'accouplent pour la vie et le mâle et la femelle se partagent l'éducation des oisons. Le fait qu'ils s'unissent pour la vie nous renvoie encore une fois à la croyance innée selon laquelle il existe dans le monde une personne particulière qui nous est destinée. Cette idée est aussi très liée à de nombreux contes populaires qui ont souvent pu nous marquer.

En Amérique du Nord, pour ne prendre que cet exemple, il existe huit espèces d'oies. C'est un nombre très symbolique dans la mesure où le 8 est semblable dans sa forme au symbole de l'infini. Cela reflète une capacité à aller aussi bien en avant et en arrière. C'est l'image même du mouvement et, dans le cas de l'oie, une invitation à entreprendre une quête spirituelle.

Cet aspect est encore amplifié par leurs schèmes et comportements migratoires. Leur départ à l'automne exalte notre imagination et nous donne envie de partir en quête de nouveaux mondes et dimensions. Leur cacardement aussi tonitruant qu'incessant semble nous inviter à les suivre dans la grande quête spirituelle. Leur retour est un signe avant-coureur du printemps, à peine un instant après le merle américain. Il nous parle de la réalisation des promesses qui fondent la matière des grandes quêtes.

L'oie incarne parfaitement le mystère de la migration. Elle se déplace constamment en formation ; une configuration créant un courant d'air aspirant et des turbulences facilitant le vol de celles qui se trouvent à l'arrière du groupe. Cela nous rappelle que lorsqu'un individu part le premier en quête, il est d'autant plus facile pour d'autres d'en faire autant à sa suite. Ils ne volent jamais directement les uns derrière les autres. La vision de chaque oie n'est jamais obstruée. De nouveau, il faut entendre là que nous ne devons jamais entreprendre une quête sans avoir une parfaite vision de ce qu'elle implique. De cette manière, le périple est facilité pour d'autres.

La formation en V est elle-même très symbolique. Elle symbolise une ouverture sur de nouvelles possibilités. Elle rappelle une tête de flèche pointant dans de nouvelles directions et opportunités. Et son extrémité ouverte induit une ouverture à de

nouvelles idées. En tant que lettre, le « v » vient de l'hébreu *vav* qui signifie « clou ». Cette formation en V indique donc aussi, en général, que nous allons nous engager dans un nouveau chemin. C'est une lettre et un symbole qui traduisent une idée de grande fécondité sur laquelle nous pourrons nous appuyer si une croissance est désirée.

L'oie (ou bernache) du Canada est l'espèce la plus nombreuse en Amérique du Nord. Elle a une voix puissante et manifeste une grande force au cours de sa migration. L'oie des neiges est primordialement blanche, mais avec l'extrémité des ailes noires. Ces deux espèces ont une vision très affûtée. Tous ceux qui ont l'oie pour totem bénéficient d'une plus grande qualité de vue, tant physique que spirituelle.

Comme je l'ai déjà mentionné, le mâle et la femelle s'accouplent pour la vie. Ils se partagent l'éducation des oisons, alternant les périodes d'occupation du nid. Les oisons sont très tranquilles, surtout au cours de la première partie de leur vie, puis ils apprennent à être autonomes. Une oie comme totem peut signifier que vous êtes sur le point de trouver votre autonomie, de vous affranchir des vieilles contraintes de l'enfance et de vous inscrire dans vos propres limites. Chaque fois que l'oie entre dans votre existence comme totem, vous pouvez vous attendre à voir votre imagination s'exalter et vous inciter à entreprendre de nouveaux périples vers des lieux distants – que ce soit physiquement ou mentalement.

PAON

Points clés : Résurrection et vision sage (vigilance)

Cycle de puissance : Printemps et automne

Le paon est encore un oiseau qui a suscité beaucoup de traditions et de mythes dans toutes les sociétés. Avec son magnifique plumage, il fascine tous ceux qui le rencontrent. Comme chez bien d'autres oiseaux, c'est le mâle qui a les plus belles plumes et qui est le plus ostentatoire. Mais sa femelle, la paonne, n'est pas moins magnifique en soi. C'est un oiseau

protecteur et puissant.

Les traits les plus saillants du paon sont assurément ses plumes et son cri étrange et tapageur qui ressemble un peu à un rire, comme si le paon nous rappelait d'aborder la vie joyeusement, en riant. Concernant cette vocalisation, j'ai entendu une histoire liée à l'apparition des pattes du paon qui a des pieds affreux ; la légende raconte donc qu'il crie – paonne – chaque fois qu'il les voit.

Ceux qui ont le paon pour totem vont par conséquent pouvoir s'intéresser au mysticisme et au symbolisme des pieds. Ces derniers sont notre support : ils constituent la fondation de toute notre structure. Ils nous permettent de nous mouvoir et de nous tenir droits. Que disent les pieds du paon de vous et de votre vie ? Une étude de la réflexologie plantaire pourra être bénéfique à tous ceux qui ont donc le paon pour totem.

Les plumes ont été utilisées pour le rituel et à des fins décoratives. Leurs couleurs et leurs motifs révèlent pourquoi tant de mysticisme a été associé au paon. L'iridescence bleu-vert suscite un sentiment d'émerveillement. La teinte bleu-vert a toujours été associée à la royauté. Quant aux « yeux » apparaissant sur le plumage, on les a souvent liés à une plus grande vision et à une plus grande sagesse.

Cette idée de vigilance et d'attention se retrouve dans la mythologie grecque. Argos « Panoptès » (littéralement « qui voit tout »), un veilleur au service d'Héra, avait cent yeux. Quand il est tué alors qu'il s'est endormi à son poste, Héra transfère ses yeux sur le plumage du paon – son oiseau favori.

De tous les oiseaux, le paon est celui qui ressemble le plus aux descriptions traditionnelles du phénix. Ce dernier est l'oiseau légendaire de la résurrection qui est sacrifié dans le brasier de la vie avant de renaître de ses propres cendres. En tant que reflet du phénix, le paon a imprégné de nombreuses sociétés humaines. Dans la mythologie chinoise, son plumage est un mélange de cinq couleurs qui déclinent une douce harmonie de sonorités.

En Égypte, il est lié au culte du dieu soleil, Amon-Râ. Même

dans le christianisme, il était un symbole de la mort et de la résurrection de Jésus. En Égypte encore, le paon était associé à l'œil d'Horus voyant tout. Pour les Hindous, il était lié à Indra, le dieu du tonnerre qui se transforma en paon pour échapper au démon Ravana, ce qui le dota des cent yeux de son plumage.

Le paon était également souvent considéré comme sacré parce qu'il détruisait les serpents venimeux. En Égypte, il occupait la seconde place dans cette catégorie des oiseaux sacrés, juste derrière l'ibis. En raison de ses nombreux yeux, il a été associé à la sagesse et à la vision – une vigilance accrue. Et s'il a également été connecté à l'immortalité, c'est encore une fois en partie à cause de sa ressemblance avec les représentations du phénix. Mais cette idée vient aussi d'une vieille croyance selon laquelle sa chair n'aurait pu se putréfier.

Un examen de ces mythes et d'autres associés à cet oiseau pourra orienter ceux qui l'ont pour totem vers de possibles connexions avec des vies passées. Cela jettera quelque lumière sur le rôle qu'il pourra jouer dans votre existence. Les enseignements et traditions liés au paon sont intimement connectés à ses caractéristiques et comportements. Ils vous aideront à voir comment d'autres sociétés humaines ont pu déceler et établir des correspondances.

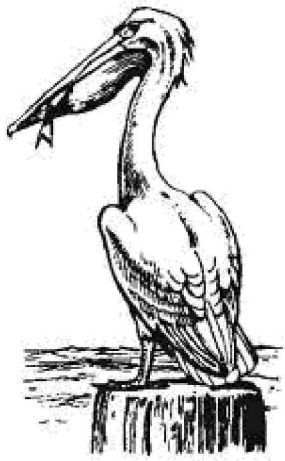
PÉLICAN

Points clés : Capacité accrue à flotter et à la générosité

Cycle de puissance : Toute l'année

Il existe deux espèces de pélican aux États-Unis : le blanc d'Amérique et le brun. Les deux sont dotés d'un long bec et de la poche reconnaissable sous celui-ci. Contrairement à ce que beaucoup croient et qui est souvent véhiculé par les dessins animés et autres bandes dessinées, ils se servent de cette poche pour attraper les poissons mais pas pour les stocker. Réfléchir quelque peu sur cette caractéristique pourra vous fournir des idées quant à vos propres activités. Essayez-vous de stocker ce qui ne devrait pas l'être ? Utilisez-vous ou digérez-vous ce que

vous avez ?



Les deux espèces de pélican incarnent les points clés de cet oiseau mentionnés ci-dessus, à côté d'autres aspects qui étaient jadis jugés magiques et très puissants. Une vieille histoire bien connue raconte que le pélican aurait été capable de percer sa propre poitrine pour nourrir ses petits de son sang. Cela explique l'image d'autosacrifice souvent associée à cet oiseau et qui a engendré une correspondance évidente dans le christianisme.

Le pélican brun établit souvent ses nids dans les buissons lagunaires (arbustes de la mangrove). En évitant de se battre avec leurs voisins concernant les emplacements de nids, les pélicans font au contraire de la place à ceux de leurs espèces pour qu'ils s'installent nombreux les uns à côté des autres. Cela reflète une forme de générosité. Et cette caractéristique est renforcée par le fait que ces oiseaux pêchent souvent en groupe. C'est particulièrement vrai du pélican blanc. Ils se rassemblent, descendent au ras de l'eau et repoussent devant eux les poissons vers les eaux les moins profondes du bord.

En dépit de leur taille, les pélicans sont très légers et flottent très bien. Ils peuvent flotter comme une goélette. On voit souvent le pélican brun voler en solitaire avant de plonger soudain dans

l'eau. Puis il rejaillit à la surface. Il peut faire cela grâce à un système de poches à air sous-cutanées qui le rendent insubmersible.

Symboliquement, cela reflète la capacité à flotter et à se maintenir au sommet ou à la surface en dépit de la lourdeur des circonstances de la vie. Le pélican nous dit que quelles que soient les difficultés de l'existence, nous pouvons plonger autant de fois que nous voulons, mais nous remonterons toujours à la surface. Ce bel oiseau détient la connaissance des secrets nous permettant de surmonter les épreuves de la vie. Une autre vieille croyance décline cette même idée : c'est celle qui raconte que, jadis, les pélicans vivaient dans le désert et se nourrissaient de serpents.

En dépit de leur légèreté, les pélicans peinent parfois à décoller de l'eau. Mais ils y parviennent toujours et, de nouveau, nous pouvons voir là une correspondance avec l'idée de se libérer de ce qui nous pèse et devrait nous entraîner vers le fond. Le pélican nous apprend à ne pas nous laisser vaincre par ces fardeaux.

PERROQUET

Points clés : Lumière du soleil et guérison par les couleurs (chromathérapie)

Cycle de puissance : Toute l'année

Le perroquet est un oiseau du soleil. Ses couleurs vives et son aspect solaire lui confèrent sa magie. Ses plumes peuvent être fixées à des bâtons de prière pour de puissants rites de guérison et pour invoquer les énergies du soleil à n'importe quel moment de l'année.

Dans la tradition pueblo, c'est un oiseau associé à la collecte du sel. Les endroits où l'on trouvait du sel étaient considérés comme des dons du soleil. Dès lors que, pour les Pueblos, le perroquet était un oiseau du soleil, il y a correspondance. Les perroquets peuvent arborer une grande variété de couleurs. Tous ceux qui ont cet oiseau pour totem vont devoir étudier les couleurs et leurs effets. Le perroquet est un professeur merveilleux pour enseigner le pouvoir de la lumière et des couleurs.

Certains perroquets ont appris à imiter les humains. Du fait de cette aptitude, ils ont été considérés comme un lien entre le monde des hommes et celui des oiseaux. En ce sens, le perroquet pourrait être comparé à une sorte d'ambassadeur, de diplomate ou d'interprète du monde des oiseaux. Sa magie vous permettra de comprendre les tiers plus efficacement. Il peut vous aider à éveiller chez vous le sens de la diplomatie.

PIC (PICIDÉS)

Points clés : Le pouvoir du rythme et du discernement

Cycle de puissance : Été

Le pic est un de ces oiseaux dont l'histoire est emplie de mythes et de traditions ; la plupart étant en lien avec sa caractéristique la plus remarquable, le tambourinage. C'est un

proche parent du pic flamboyant que nous verrons ci-dessous et ils partagent une grande partie de leurs qualités et caractéristiques.

Dans la tradition populaire européenne, le pic était souvent considéré comme un annonciateur météorologique, son tambourinage indiquant les changements de temps à venir. Certains pensaient même qu'il était un oiseau-tonnerre. À Babylone, on le voyait comme la hache d'Ishtar et il était associé à la fertilité. Dans la tradition grecque, il occupait le trône de Zeus et était consacré à ce dieu du tonnerre. Par ailleurs, à Rome, on faisait de lui l'oracle du dieu de la guerre, Mars, toujours à cause de son tambourinage parce que le son du tambour accompagnait souvent les batailles. En outre, les Romains avaient encore une autre légende fameuse à propos du pic : la puissante magicienne Circé serait tombée amoureuse du dieu des bois, Picus. Mais quand celui-ci rejeta l'amour de l'enchanteresse, celle-ci le transforma en pic.

Dans la tradition amérindienne, cet oiseau est connecté aux battements de la terre elle-même. Ce tambourinage a quantité de liens mystiques, des rythmes d'une nouvelle vie aux applications de la métamorphose. De nombreux chamanes apprennent à utiliser – « chevaucher » – les battements d'un tambour pour passer dans d'autres dimensions.

Naturellement, il existe de nombreuses variétés de pics, chacune ayant ses qualités particulières. La plupart sont noirs et blancs, et certaines ont du rouge sur la tête. Le noir et blanc exprime le besoin de regarder clairement les différents aspects et questions de la vie. Cela nous indique que les choses sont parfaitement distinctes si on les observe de près.

Le pic mineur est le plus petit. Il est aussi le plus commun et le plus sympathique des membres de la famille des pics en Amérique du Nord. Le grand pic, que l'on trouve le plus souvent dans les forêts, est le bûcheron expert. Souvent aussi gros qu'une corneille, il est quant à lui le plus grand des pics. Il arbore la fameuse crête rouge particulièrement ostensible chez lui. Le pic à tête rouge est aussi très commun en Amérique du Nord. Alors que

la plupart des pics, particulièrement les mâles, ont du rouge sur la tête, celui-là a toute une mantille de plumes rouges qui lui couvre la tête et le cou.

Ce rouge qui figure en plus ou moins grande quantité sur la tête des pics manifeste un renforcement des activités mentales et des chakras de la tête. Il traduit aussi une stimulation et un réveil de nouvelles facultés mentales. C'est également ce que symbolise le « pic », un terme désignant cette fois non l'oiseau mais le jeu de coups de bec tambourinant qui a donné son nom au volatile car il en est le signe caractéristique.

Les pics creusent – « piquent » – des trous dans les troncs des arbres pour y dénicher des larves ou d'autres insectes. Ce « forage » – en particulier parce qu'il s'opère avec la tête – exprime une capacité d'analyse accrue. Le bec du pic est très solide et pointu. Quant à son crâne, il est plus lourd pour faciliter le martèlement. Le bec effilé et la longue langue munie d'une pointe barbelée peuvent être rattachés à l'art du discernement.

Si un pic a tambouriné son chant pour vous, vous devriez vous poser certaines questions. Jetez-vous un regard rationnel sur les aspects de votre vie ? Les personnes de votre entourage font-elles preuve de discernement dans leurs activités ? Et vous ? Vous ou d'autres faisant partie de votre vie, vous lancez-vous tête la première dans quelque chose sans vraiment faire d'analyse préalable, ou à peine ?

Parfois, le pic va juste vous apprendre à stimuler de nouveaux rythmes. Le rythme est un moyen puissant pour agir sur les énergies physiques. Parfois, nous sommes tellement englués dans nos activités mentales et spirituelles que nous négligeons le physique. Ce peut être le moment où le pic va se montrer. Son apparition peut aussi traduire un besoin de « battre le tambour » pour susciter des changements et de nouveaux rythmes dans votre vie.

Le pic a de puissantes griffes crochues pour s'accrocher fermement aux arbres. Ses plumes de queue l'aident à bien se tenir droit. Il a aussi un vol singulier ondulant verticalement. Il donne des coups d'ailes, plane vers le bas, redonne des coups

d'ailes, et plane vers le haut. Le pic vole d'une manière et selon un rythme qui sont uniques en soi. Tout cela insiste sur le fait qu'il va devenir de plus en plus important pour vous de suivre vos propres rythmes et vos propres plans de vol. Faites ce qui fonctionne le mieux pour vous. Quand le pic entre dans votre vie, cela indique que les bases sont là. Vous allez pouvoir suivre vos propres rythmes en toute sûreté.

PIC FLAMBOYANT

Points clés : Nouveau rythme de croissance et amour curatif

Cycle de puissance : Été (particulièrement la période du solstice d'été)

Comme son nom l'indique, le pic flamboyant appartient à la famille des pics. L'étude des pics en général et de leurs caractéristiques – que nous venons de voir – ne pourra que vous apporter d'utiles informations complémentaires. Si les pics flamboyants sont donc des pics, ils ont néanmoins entamé un processus d'évolution d'une stricte vie dans les arbres – comme les autres pics – vers une vie sur le sol. En raison du frappement et du battement que produisent tous les pics en cherchant leur nourriture, ils ont des connexions avec les nouveaux rythmes arrivant dans votre vie.

L'homme-médecine ojibwé Sun Bear parle du pic flamboyant (*flicker*) comme du totem de la Lune du Soleil fort (*Strong Sun Moon* ; la pleine lune du solstice d'été) dans l'astrologie de la roue-médecine. Cela correspond à la période qui se déroule entre le 21 juin et le 22 juillet, c'est-à-dire le signe du Cancer de l'astrologie traditionnelle. Pour les Amérindiens, cet un oiseau est particulièrement courageux[26].

Le pic flamboyant est un pic aux ailes dorées. Il a souvent une tache rouge à l'arrière de la tête et un croissant noir sur le poitrail ; autant de détails très symboliques. Quand il décolle de l'herbe, il s'envole dans un grand saut faisant flamboyer l'or de ses ailes. Ainsi, quand un pic flamboyant entre dans votre vie, il manifeste de grands bonds dans votre croissance spirituelle.

Le rouge à l'arrière de sa tête reflète une stimulation des chakras de la tête – la gorge, le front/troisième œil et la couronne/fontanelle. Ces centres d'énergie vont être réactivés. Cela signifie que les intuitions et talents latents vont être régénérés à un degré supérieur. Il faut ici comprendre, surtout dans le cas d'un pic flamboyant rosé (*colaptes auratus cafer*), que la stimulation des talents latents va être le catalyseur de changements créatifs majeurs dans votre vie. Votre existence physique et matérielle est en voie de changement. Quand il s'agit d'un pic doré *(colaptes auratus auratus*), les changements vont davantage intervenir dans votre perception que réellement dans le monde extérieur.

Le croissant noir est aussi très signifiant, surtout parce qu'il se trouve sur le haut du poitrail. La lune est symbole de sensibilité et des émotions. La couleur noire de la lune renvoie généralement à la phase lunaire que l'on appelle nouvelle lune. Ainsi, le pic flamboyant symbolise une nouvelle sensibilité du cœur sur le point d'être réveillée. Cela va stimuler de nouvelles énergies curatives, et cela veut aussi dire que vous allez probablement éprouver des émotions plus intensément.

Le pic est également lié à la mythologie romaine, nous l'avons vu. Le dieu romain Picus, – dont Circé, rappelons-nous, était tombée amoureuse – refusa qu'Hélios, le soleil, père de la

magicienne, devienne son beau-père. Pour cette raison, Circé le transforma en pic. Étudier ce mythe et méditer dessus, comme sur d'autres récits amérindiens concernant le pic flamboyant, procurera bien des informations sur le rôle que cet oiseau va pouvoir jouer dans votre vie.

Le nom du pic vient très concrètement de l'un des sons qu'il produit. Il peut émettre toute une gamme de bruits et, au cours de la saison des amours, il manifeste de grands talents musicaux. Naturellement, le tambourinage auquel il s'adonne est aussi lié au mystère de la musique et du rythme. De ce fait, tous ceux qui ont un pic pour totem devraient commencer par étudier les percussions musicales. Les tambours et les hochets ne coûtent pas cher et peuvent être très aisément fabriqués. Ce sont de puissants outils pour guérir et créer des états modifiés de conscience.

Les pics flamboyants et les autres pics sont des maîtres percussionnistes. Ils peuvent vous relier à n'importe quel rythme dans le monde. Ainsi, ils sont susceptibles de vous apprendre à vous aligner sur la pulsation de la planète ou celle d'autres animaux. Leur tambourinage est un rappel des rythmes naturels de l'univers et du fait que, si nous ne sommes pas synchronisés avec ceux-ci, les choses ne peuvent fonctionner pour nous.

Le pic flamboyant est l'espèce la plus nombreuse de la famille des pics. Ils vivent dans une grande diversité de bois et d'autres environnements dans tout le continent nord-américain. Ils construisent leurs nids dans des trous et veillent particulièrement à la propreté de leur logis. Ils font d'excellents parents, le mâle et la femelle se partageant les responsabilités. C'est particulièrement important, d'autant que les oisillons de pics sont très exigeants.

Le pic flamboyant a un bec robuste et pointu avec lequel il tape contre l'arbre en quête d'insectes et d'autre nourriture. Il a aussi une longue langue qui lui permet d'extraire les aliments des trous qu'il a créés avec son bec. La bouche et tous les éléments internes qui la composent sont le point de départ de la digestion et de la sustentation – qu'il s'agisse de nourriture ou de mots. Cela reflète encore une fois le rôle que ce pic peut jouer dans votre vie.

Celui-ci a deux doigts avant et deux doigts arrière à chaque pied, ce qui le distingue de la plupart des oiseaux, et l'équilibre qu'autorise cette configuration traduit aussi son aptitude à se maintenir droit sur le flanc des arbres. Il facilite sa capacité à grimper aux troncs. Si vous l'avez comme totem, cet aspect indique probablement qu'un nouvel équilibre arrive dans votre vie, quelles qu'en soient les conditions. Quand il y a équilibre, il y a aussi une plus grande santé.

Pour les Indiens pueblos et d'autres Amérindiens, les plumes étaient considérées comme des accessoires religieux. Une plume rouge sur un bâton à prière signifiait généralement un état de guerre contre un ennemi – qu'il soit physique ou spirituel. Quand les plumes étaient portées dans les cheveux, cela voulait dire que l'individu était membre de la communauté des hommes médecine. La même énergie déployée pour la guerre peut aussi servir à guérir. C'est ce qu'enseigne le pic flamboyant.

Si ce dernier est entré dans votre vie, cela reflète l'arrivée d'un temps de confiance et de croissance rapide. Le pic va éveiller un nouveau rythme ainsi qu'une aptitude à manifester un amour guérissant tout, et il va susciter l'occasion de le mettre en œuvre.

PIE

Points clés : L'utilisation correcte de l'intelligence, des compagnons familiers de la magie et de la connaissance occulte

Cycle de puissance : Hiver et été

La pie est une cousine de la corneille. C'est un grand oiseau avec une tête d'un noir brillant. Les pies sont curieuses et même quelque peu impudentes. Elles ont la réputation de voler tout ce qu'elles peuvent transporter. Cela traduit surtout leur aptitude à utiliser tout ce qu'elles trouvent. En tant que totem, la pie vous aide à vous servir de toute connaissance métaphysique ou occulte que vous pouvez avoir – aussi incomplète ou parcellaire qu'elle puisse être. La seule chose à laquelle vous devrez veiller, c'est de ne pas croire ou agir comme si elle pouvait faire plus qu'elle ne le peut en réalité.

Beaucoup considèrent les pies comme les membres les plus intelligents de la famille des corvidés. Elles ont une grande intelligence, une grande adaptabilité, et une vraie organisation sociale. En Amérique du Nord comme en Europe, on les trouve surtout dans le Nord-ouest, et une étude des directions vous aidera à déterminer leur rôle spécifique dans votre vie.

Ce sont des charognards et des opportunistes, ce qui révèle encore leur grande intelligence. Pour cette raison, elles peuvent vous apprendre à utiliser ce qui est à portée de main, ou refléter une inclination dans votre vie à saisir tout ce qui passe. Elles vous aideront à promouvoir votre connaissance ou votre existence. Leur apparition manifeste souvent des opportunités pour obtenir une quelconque forme d'avancement par le truchement d'une utilisation correcte de votre intelligence.

Les pies ont souvent été considérées comme un signe de bon ou de mauvais augure selon le moment de leur apparition et le nombre qu'elles étaient alors. Une raison expliquant cette symbolique contrastée de la pie est la résultante d'une vieille histoire : un vieux conte qui rapporte comment la pie fut le seul oiseau à refuser de pénétrer dans l'arche de Noé et préféra demeurer perchée sur son toit.

De cette histoire et de l'art de la construction de la pie est issue une idée ancienne selon laquelle si une pie se perche sur le toit de votre maison, celle-ci ne s'effondrera jamais. Les pies font leurs nids avec des branchettes, des brindilles et de la boue ou de

la terre gâchée. Les nids sont généralement grands et souvent accrochés dans les fourches hautes d'un arbre ou, plus rarement, un buisson épineux. Cela donne des habitats résistants, ce qui permet à la pie d'ouvrir un individu à de nouveaux mondes aussi rapidement et facilement que possible (les épineux abritent souvent des passages vers le monde des fées ou des esprits). Ces habitats des pies sont en général implantés le long des cours d'eaux et ils peuvent être utilisés en hiver comme en été.

Leurs nids sont souvent en désordre. Cela peut être vu comme un avertissement nous prévenant de ne pas recourir à des procédés trop rapides et trop faciles dans ce que nous entreprenons en faisant usage d'un savoir occulte. Leurs nids ont souvent un toit en forme de dôme, et on pénètre à l'intérieur par les côtés. Généralement, le fait d'avoir une pie pour totem indique que l'on va rencontrer le royaume des esprits et le monde métaphysique d'une manière différente. Vous n'allez pas les pénétrer et en faire l'expérience comme tout un chacun – et la méthode que vous utiliserez sera très inhabituelle.

Les Écossais ont une comptine mantique relative au nombre de pies que vous pouvez rencontrer en vous promenant :

One's sorrow, two's mirth,

Three's a wedding, four's a birth,

Five's a Christening, six a dearth,

Seven's heaven, eight is hell,

And nine's the devil his ain sel'[27].

Un c'est la tristesse, deux l'allégresse

Trois un mariage et quatre une naissance

Cinq un baptême, mais six une disette

Sept, c'est le Ciel, et huit l'Enfer.

Et neuf le diable lui-même.

Un type semblable d'association s'est transmis aux États-Unis dans la tradition populaire. Une pie est signe de malchance et peut induire la colère. Deux, c'est la joie et la noce, comme

l'allégresse (*mirth*) de la comptine écossaise. Trois pies annoncent une aventure ou un périple réussi (car, dans un sens ancien, *weddings* peut aussi désigner un périple). Quatre pies indiqueront une bonne nouvelle et cinq une invitation ou une fête en heureuse compagnie.

La pie véhicule une vieille association avec la magie et la sorcellerie (sorcellerie considérée comme l'art magique des sorciers sans connotation négative). Jadis, on croyait que les pies étaient les petites compagnes familières des sorciers et des magiciens. Elles auraient été les esprits sous forme animale. Une part de cette croyance vient de leur intelligence et de leur observation avisée de l'activité humaine. Cela a aussi, j'en suis certain, des connexions, avec leur réputation de voleuses – car les sorciers et les magiciens n'étaient pas souvent perçus très positivement.

Son intelligence et son caractère rusé en font un totem intéressant, mais pas aisément maîtrisé. Cet oiseau a sa volonté propre et sait comment utiliser les animaux comme serviteurs familiers ; c'est un savoir qu'il peut transmettre. Il saura aussi nous apprendre comment nous servir de la connaissance occulte pour obtenir des effets rapides. Une partie du problème que pose cet oiseau lorsqu'il est votre totem est que la connaissance en question est généralement incomplète. Vous pouvez obtenir ce que vous désirez en utilisant la connaissance requise, mais elle peut vous parvenir d'une manière obscure et inhabituelle. Et elle pourra même avoir d'autres répercussions que vous n'auriez peut-être pas envisagées.

Si la pie est apparue dans votre vie, vous allez avoir besoin de vous poser quelques questions sérieuses. Avez-vous la connaissance et vous en servez-vous ? Utilisez-vous un talent quelconque pour obtenir ce dont vous avez le plus besoin ? Utilisez-vous votre connaissance et vos talents de manière inappropriée ? La pie peut assurément vous aider à répondre à ces questions. Elle vous apprendra comment utiliser la connaissance occulte d'une façon tant responsable qu'efficace. La pie vous montrera ce que vous pouvez faire pour votre vie

simplement avec un peu de connaissance occulte.

PIGEON

Points clés : Retour à l'amour et à la sécurité du foyer

Cycle de puissance : Toute l'année

Le pigeon est un oiseau insolite. Si la plupart des gens le voient comme un fléau dans l'environnement urbain, il possède des caractéristiques uniques. Il est aussi lié à des énergies archétypales douces et tendres.

Aujourd'hui, les mots « colombe » et « pigeon » sont quasiment utilisés de manière interchangeable. Assurément, même s'il existe des différences, les deux espèces sont extrêmement liées. De ce fait, il serait sage que ceux qui ont le pigeon pour totem étudient aussi les caractéristiques de la colombe.

Le pigeon a une longue histoire intimement liée au logis et à la fécondité. Le vrai nom de Christophe Colomb était *Colombo*, ce qui est précisément le nom italien du « pigeon ». Colomb a contribué à découvrir un nouveau monde, un nouveau logis. Le pigeon a, lui aussi, un sens extraordinaire de son « chez lui ». Il sait parfaitement retrouver le chemin de sa maison, quelle que soit la distance qui l'en sépare.

C'est pour cela qu'il est souvent le symbole du moment ou du besoin de retrouver la sécurité de son foyer. Le pigeon peut vous apprendre comment retrouver le chemin du retour quand vous êtes perdu. Il aide à se souvenir de l'amour de sa maison et de la vie domestique que nous avons abandonnés ou perdus. Il est le seul oiseau capable de boire en aspirant l'eau dans son bec. Cette caractéristique manifeste la capacité à aspirer et mobiliser les énergies du logis, aussi éloigné que l'on soit de celui-ci.

Il nous rappelle de ne jamais oublier ce qui nous a positivement affectés dans notre premier foyer et depuis celui-ci. Avons-nous oublié qui nous sommes ? Tombons-nous dans de vieux schémas que nous avions fait vœu de ne pas oublier et de changer ? Avons-nous négligé nos bases, nos fondations, l'héritage qui nous

a été transmis par notre foyer d'origine et notre famille ? Cela inclut les principes moraux, les comportements, les attitudes, etc. Faites appel à eux et utilisez-les.

Parce qu'ils se reproduisent rapidement et publiquement, les pigeons sont devenus des symboles sacrés des dieux et déesses de la fécondité. Ils reflètent la fécondité du foyer et de la famille qui peut se manifester quand ils sont dans les parages. Les pigeons se blottissent les uns contre les autres pendant une tempête. S'il y a des tempêtes dans votre vie, blottissez-vous contre les membres de votre famille – qu'il s'agisse de votre famille biologique ou d'une autre que vous vous choisissez. Vous trouverez salut et sécurité dans cette pratique. N'oubliez jamais que les pigeons nous rappellent toutes les possibilités et opportunités – réelles ou idéales – associées au foyer et à la famille.

PLONGEON

Points clés : Rêve lucide et réveil de vieux espoirs

Cycle de puissance : Crépuscule et aube

Le plongeon est un oiseau hors du commun. Même quand on le compare à d'autres oiseaux d'eau, il se distingue par son caractère unique. C'est le meilleur nageur de tous les oiseaux d'Amérique du Nord. Et il peut même être un meilleur nageur que le pingouin.

Le plongeon se trouve toujours à proximité de l'eau. Cette dernière est naturellement l'ancien symbole du plan astral, des rêves et d'autres niveaux de conscience. De nombreux mythes et légendes symbolisent un périple vers un nouvel état de conscience en décrivant des navigations maritimes.

S'il se montre gauche et empoté sur la terre, cet oiseau est un nageur puissant. Ses ailes dirigent et ses pattes sont comme des nageoires de plongeurs. Le plongeon peut nager sous l'eau jusqu'à cinq minutes. Surtout, il peut plonger plus profond et nager plus vite que n'importe quel autre oiseau. Il est comme un sous-marin miniature.

À la différence de la plupart des oiseaux qui ont les os remplis d'air, les plongeons ont des os solides et lourds. Pour plonger et nager sous l'eau, le plongeon se vide les poumons. Il retient juste l'air nécessaire pour tenir longtemps. C'est cette aptitude qui lui permet d'échapper à de nombreux prédateurs et d'être un aussi formidable nageur. Quantité d'états de transe (ou y ressemblant) requièrent un ajustement de la respiration, descendant parfois jusqu'à un rythme lent à peine perceptible. Le plongeon peut enseigner cette technique pour atteindre facilement différents degrés de conscience – tout en gardant le contrôle.

Cette aptitude de l'oiseau plongeur reflète aussi la capacité potentielle pour un individu de devenir plus conscient dans ses états de rêve. Le rêve lucide est l'état de rêve dans lequel vous prenez conscience que vous rêvez. Vous êtes alors en mesure de modifier le scénario du rêve. Le rêve éveillé n'est qu'à un demi-pas des expériences de sortie du corps pleinement conscientes.

Chaque fois que le plongeon se présente en qualité de totem, il vous incite à prêter attention à vos rêves. Il vous indique qu'ils vont être d'une extrême importance, tout en étant plus animés et colorés. Le cri envoûtant du plongeon peut aussi vous révéler que tous les espoirs, les vœux, les rêves que vous avez repoussés au fond de votre cœur sont sur le point de refaire surface. L'oiseau peut vous avertir de ne plus les négliger et de les réprimer, au risque, dans le cas contraire, de vous retrouver vraiment envoûté.

Le plongeon vous apprend de nouveaux états de conscience. Mais il commence par vous aider à approfondir ceux que vous avez déjà réveillés. Parce qu'il vit près de l'eau – sur le rivage –, il vous montre comment utiliser ces différents états de conscience pour s'ouvrir à de nouvelles dimensions et d'autres formes de vie – comme celles que l'on trouve dans le monde des fées. Le cri du plongeon peut être une invitation à entrer dans ce monde féerique. Il s'apparente à l'appel lointain des sirènes.

Pour la plupart des gens, le cri du plongeon est son trait le plus distinctif. On va jusqu'à le qualifier de lugubre ou plaintif, et il touche l'âme de manière essentielle. Le plongeon est en réalité très loquace et il a tout un répertoire de cris – chacun ayant une

signification et un son différents. L'un d'eux est semblable au hurlement du loup. Un autre ressemble à un rire cadencé. Il se sert souvent de ses cris pour détourner les prédateurs de son nid. Pour beaucoup de personnes vivant à l'extérieur, le cri du plongeon est le véritable appel de la nature. Il ravive les braises primales dans le cœur de tous ceux qui l'entendent – et peu importe depuis quand les braises étaient froides. C'est comme si ce son rappelait à la surface tout ce qui a été ignoré ou repoussé dans le fond d'un placard de notre esprit.

Le plongeon vole aussi très bien, mais à la différence des autres oiseaux, il ne peut pas décoller du sol. Pour s'élever, il va d'abord devoir courir sur l'eau, ce qui traduit une nouvelle fois sa capacité à manifester des états modifiés de conscience à travers une plus grande expression de la force de la volonté.

Sur terre, le plongeon ne marche donc pas très bien et ne parvient même pas vraiment mieux à se dandiner. Un individu qui l'a pour totem constate souvent qu'il n'est vraiment à l'aise que dans un environnement – ou peut-être deux au maximum. Un tel individu ne se sent souvent pas plus à l'aise au regard des comportements traditionnels que des mœurs du temps. Il a aussi du mal à atterrir. Le plongeon qui entre dans votre vie comme totem le fait peut-être pour vous aider à vous sentir mieux dans différents environnements.

Ceux dont il est le totem ont de puissants dons d'imagination et de rêve (que ce soit endormi ou éveillé). Les images et les visions auront toujours toutes les apparences de la vie, et les individus pourront avoir du mal à distinguer la réalité de l'irréalité. Mais le plongeon peut précisément aider à faire cette distinction. Si vous l'avez pour totem, vous devez vous poser des questions. Regardez-vous quelque chose à travers des lunettes à filtre rose ? Vous laissez-vous emporter par l'imagination ? Empêchez-vous l'imagination et le rêve d'œuvrer pour vous ? Le plongeon vous appelle-t-il pour vous détourner de ce qui pourrait poser problème ?

Le plongeon est associé à de nombreuses superstitions. Pour les Norvégiens, son cri inquiétant est l'appel de l'esprit de

quelqu'un qui se noie ou va bientôt le faire. Pour quantité de tribus indiennes d'Amérique du Nord, ce cri annonçait la pluie ou même la provoquait. Pour les Indiens algonquins, le plongeon est le messager de Glooskap (ou Gluskab), un héros surhumain. En Sibérie, on croyait que lorsqu'il prenait l'air, il emportait l'âme des morts vers le ciel.

Un conte esquimau raconte que le plongeon n'a pas toujours été un oiseau. Un jour, deux hommes pêchaient en mer, mais un seul des deux faisait des prises. Celui qui n'avait rien pris de toute la journée frappa l'autre et lui vola ses poissons. Puis il entreprit de lui couper la langue pour qu'il ne puisse rien raconter aux autres. Ensuite, il le passa par-dessus bord. Alors que le malheureux gémissait de douleur, le Grand Esprit l'entendit et le transforma en plongeon. Beaucoup croient que le cri plaintif de cet oiseau est celui de l'esprit de cet homme réclamant justice.

Tous ces éléments reflètent le mystère du plongeon. Son cri inquiétant et lugubre, ses couleurs iridescentes et son merveilleux don pour la nage sont autant de rappels des possibilités qui s'offrent à nous par l'apprentissage des états modifiés de conscience. Le plongeon réveille l'imagination et nous rappelle que l'on ne nous accorde jamais d'espoir, de vœu ou de rêve sans que nous soient également données des opportunités de les rendre réels. La seule chose qui peut anéantir cette possibilité, c'est de les refouler ou de les négliger. Le plongeon a la capacité de vous ramener à vos plus grands rêves et à vos plus grandes visions imaginées.

POULE/POULET

Points clés : Fertilité et sacrifice

Cycle de puissance : Toute l'année au lever du jour

La poule est un des premiers oiseaux à avoir été domestiqués. Et même s'il est toujours un volatile domestique, beaucoup de symbolismes et de significations lui sont encore associés. Le mot anglais pour traduire « poule/poulet », *chicken*, vient de l'anglo-saxon, *cicen*, désignant une jeune volaille domestique. C'est un

descendant des faisans ou des gallinacés sauvages. L'examen des faisans pourra vous apporter des éclairages.

En raison de leur capacité à pondre, les poules ont toujours été associées à la fécondité. Leurs plumes ont servi aux garnitures de literie, le cadre premier des activités sexuelles. Tout au long de l'histoire, elles ont aussi été communément utilisées dans les rites sacrificiels. Cela explique en partie leurs points clés. Le sacrifice a des liens avec les anciens mystères de la sexualité. Dans le processus de fécondation/fertilisation, la semence du mâle est sacrifiée pour imprégner l'œuf de la femelle. Parce que l'éjaculation intervient à l'extérieur du corps, elle a des correspondances avec un acte de sacrifice. Même à l'époque de Shakespeare, cette croyance demeurait commune. Dans nombre de ses pièces, le mot *die* (mourir) avait un double sens qui renvoyait à l'orgasme ou à l'éjaculation. C'était parfaitement connu du public populaire ordinaire de l'époque.

Des formes de divination entouraient les œufs et les poules. Par exemple, on voyait comme un mauvais présage qu'une poule ponde un nombre pair d'œufs. En revanche, des œufs pondus le Vendredi Saint étaient une assurance de fécondité dans tous les domaines de la vie. On pensait que l'on invoquait des divinités par le simple faire de lancer du grain aux poules. Et si ces dernières montraient peu d'entrain à se nourrir, cela indiquait alors que les dieux étaient en colère.

QUISCALE BRONZÉ, QUISCALE MERLE

Points clés : Victoire sur les excès et les congestions émotionnelles

Cycle de puissance : Début du printemps

Si on considère souvent que le quiscale bronzé appartient à la famille des merles (les *blackbirds* ou « oiseaux noirs » d'Amérique), à l'instar des corneilles et des étourneaux, ce n'est pas le cas. Il fait partie de la famille des ictéridés, celle des sturnelles et des loriots d'Amérique[28]. C'est un grand oiseau noir avec une queue très longue. Autour de la tête et des épaules, il a

des plumes iridescentes qui varient du bleu au vert, au violet et/ou au bronze, en fonction de la lumière.

Cette coloration traduit souvent un besoin, pour ceux qui croisent le quiscale, de regarder différemment ce qui se produit dans leur vie. En effet, elle nous dit que les situations ne sont pas ce qu'elles paraissent être et que nous devrions les observer correctement – particulièrement toutes les questions relevant des émotions.

Gardez à l'esprit que le noir est la couleur de l'intérieur et du féminin. Les nuances violettes et bronze autour de la tête en particulier signalent généralement que les émotions colorent nos processus de réflexion. Le quiscale peut nous aider à corriger cela.

Au cours de la saison de courtise, la saison des amours, le quiscale mâle replie la queue et crée une sorte de creux en forme de carreau. Cette forme du carreau est souvent synonyme d'activation. Elle attire l'attention sur un besoin probable de devenir plus actif au regard de situations émotionnelles. Avons-nous été trop passifs au plan de nos émotions ? Nous contentons-nous de palabrer sans faire quoi que ce soit pour corriger les situations émotionnelles de notre vie ? Le quiscale est un oiseau bruyant et bavard, mais il peut se présenter comme une invitation à cesser justement de parler pour *agir*.

Les quiscales sont également des oiseaux très sociables. Il n'est pas rare de voir des gens pris dans des situations émotionnelles déséquilibrées ne cesser de discutailler et de parler de ce qui leur arrive en toutes occasions et dans tous milieux. Il peut être thérapeutique de parler de ses problèmes, mais dans un grand nombre de cas, cela ne fera qu'aggraver les situations et les sentiments corrélatifs. De nouveau, cela peut traduire que nous parlons trop des choses, mais que nous n'en faisons pas assez.

Les quiscales ont dans la bouche, contre le palais, un os quille leur permettant d'ouvrir les glands et de les manger. Pour parler d'un casse-tête ou d'un problème difficile à résoudre, les Américains connaissent bien l'expression : « C'est une noix

difficile à casser » (*It's a tough nut to crack*). Le quiscale peut justement nous montrer comment y parvenir au mieux.

Ces oiseaux aiment vivre dans les pins, des arbres très thérapeutiques pour les états émotionnels. Dans cette sorte de médecine homéopathique que l'on appelle les élixirs floraux ou l'aromathérapie, l'essence de pin peut être utilisée pour soulager les états émotionnels intenses, particulièrement les sentiments de culpabilité. Encore une fois, cela positionne le quiscale comme un symbole pour vous aider à assainir vos émotions.

Les émotions que l'on ne surmonte pas peuvent engorger notre vie et affaiblir voire congestionner notre corps à un certain niveau. Le quiscale peut nous mettre en garde quant à cette hypothèse, mais il peut aussi nous aider à l'empêcher tout simplement de survenir. Les fientes de quiscale peuvent participer à la pousse de champignons qui, si le vent souffle, sont susceptibles de provoquer des infections de type pneumonie[29].

La plupart des maladies nous apprennent quelque chose de très symbolique. Les congestions – notamment celles que nous venons d'évoquer et qui ont l'apparence d'une pneumonie – peuvent nous dire que nous retenons nos émotions. Elles peuvent refléter des pleurs réprimés ou un refus de faire face et de traiter certains vieux problèmes ou questions (Avons-nous négligé des problèmes ? Leur avons-nous laissé le temps de se développer ?). Cela peut traduire le refus d'une nouvelle vie ou d'une nouvelle approche de la vie, qui débouche sur un envahissement de notre existence par de vieilles émotions.

Le quiscale nous montre comment faire face à cela. Il nous enseigne la juste expression des émotions. Il peut aussi nous montrer dans quel secteur des excès dilapident notre force vitale et facilitent un blocage de la croissance et du mouvement. Enfin, ils nous apprennent à retrouver le chemin des expériences créatrices et bénéfiques, et à exprimer nos émotions.

ROUGE-GORGE/MERLE D'AMÉRIQUE

Points clés : Expansion d'une nouvelle croissance

Cycle de puissance : Printemps

Plus communément connu sous le simple nom de rouge-gorge (ou de merle à gorge rouge ; en anglais, *robin*), ce merveilleux oiseau est un annonciateur traditionnel du printemps. Si les rouges-gorges migrent souvent, ils n'ont pas toujours besoin de le faire. Contrairement à ce que l'on croit souvent, la migration n'est pas la conséquence de l'arrivée d'un temps froid, mais d'une disparition des sources alimentaires. Si les réserves sont disponibles, le rouge-gorge restera là toute l'année.

Au printemps, son chant est souvent reconnaissable entre tous. En réalité, peu d'oiseaux sont plus répandus que ce merle d'Amérique à gorge rouge dans tout le continent nord-américain. Quand un de ces oiseaux entre dans votre vie, vous pouvez vous attendre à ce que différents secteurs de votre vie connaissent une nouvelle croissance.

Il existe de nombreux mythes et traditions à propos du rouge-gorge. La légende la plus connue concerne l'origine de sa gorge rouge : il en aurait hérité en retirant une épine de la couronne ensanglantée de la tête du Christ alors qu'il était sur la croix. Pour des traditions plus superstitieuses, le vol d'un œuf de rouge-gorge attirait l'infortune. Certains croyaient qu'il fallait faire un vœu lorsqu'on voyait le premier rouge-gorge de l'année au printemps, avant qu'il s'envole, ou alors qu'ils n'auraient pas de chance au cours de l'année à venir.

En dépit de ces traditions, une étude du rouge-gorge vous révélera quantité de choses sur sa vraie valeur en tant que totem. Ces oiseaux réagissent au rouge. Chez les mâles, cette couleur signale aux autres mâles qu'ils « doivent quitter son territoire ». Le rouge est naturellement lié à la Kundalini. Chez le rouge-gorge, il s'agit davantage d'une teinte rouille, en réalité, comme si le rouge avait été dilué avec d'autres couleurs. Ajouté au fait qu'elle couvre tout le poitrail, tout cela reflète l'activation de cette couleur de manière à stimuler une nouvelle croissance dans tous les secteurs de votre vie.

Le chant du rouge-gorge est un trille gai et ondulant qui lui permet de marquer son territoire. Deux mâles dans le même espace bombent le torse et chantent de toute leur puissance. Les affrontements entre rouges-gorges pour des questions de territoire se règlent généralement par le chant. Les confrontations physiques sont plus symboliques sans occasionner de blessures.

C'est très signifiant pour tous ceux qui ont cet oiseau pour totem. Cela traduit un besoin de chanter son propre chant si l'on veut susciter les conditions d'une nouvelle croissance. Toute confrontation ou entrave sera plus de l'ordre du spectacle qu'une vraie menace, donc allez de l'avant.

Le rouge-gorge pond un œuf bleu pâle caractéristique. C'est une couleur qui est souvent utilisée pour activer le centre (chakra) de la gorge chez les humains, centre associé avec la force de la volonté et la créativité. L'œuf de rouge-gorge représente l'aptitude innée de ceux qui l'ont pour totem à manifester la force de la volonté pour créer de la croissance dans leur vie. Quand le rouge-gorge vient à vous, il vous aide à y parvenir. Il peut vous montrer à quel point vous vous êtes débrouillé jusque-là de manière inefficace ou inappropriée. Dans un cas comme dans l'autre, le rouge-gorge vous montre comment aboutir positivement.

Les deux parents se partagent l'alimentation des jeunes – une fois toutes les douze minutes en moyenne[30], ce qui est nécessaire car les oisillons naissent sans aucune plume. En outre, le rouge-gorge a l'énergie pour élever plus d'une couvée par an. Encore une fois, cela traduit l'activation de la force vitale créatrice,

reflétée par la coloration rouge. C'est le cœur du rouge-gorge qui lui confère son aptitude.

SITTELLE

Points clés : Fondements de la foi et de la plus haute sagesse

Cycle de puissance : Toute l'année

Ce petit oiseau fait partie de la grande masse de ceux qui pourraient paraître insignifiants, mais qui, dès lors qu'on les étudie, présentent des caractéristiques absolument uniques. Il exprime la nécessité de garder les pieds sur terre et d'appliquer les énergies spirituelles que vous invoquez dans votre vie quotidienne.

Cela se traduit notamment par le fait qu'il plonge d'un arbre la tête la première. Ce trait reflète le besoin de faire descendre la sagesse de l'arbre de vie et de l'appliquer dans le monde de la Nature. Dans le monde spirituel, tous les problèmes ne se dissolvent pas dans une lumière aveuglante. Le vrai chemin vers l'accomplissement consiste à apprendre à manifester le spirituel dans le physique. C'est ce que nous enseigne la sittelle.

Un certain nombre de médiums et de guérisseurs que j'ai rencontrés pourraient utiliser la sittelle comme totem. Ils se perdent tellement dans les mondes spirituels et « éthériques » qu'ils éprouvent des difficultés dans le monde réel. Ils sont déphasés et souvent en mauvaise santé. Ils ignorent le physique pour se concentrer sur le spirituel. Ce qu'ils oublient, c'est que nous sommes bien – fondamentalement – physiques, et que nous devons accorder au physique autant de soin et d'attention qu'au spirituel.

En apprenant à nous affranchir de nos idées préconçues sur les univers physiques et spirituels, nous commençons à entrevoir le monde sous une perspective différente. Pour tous ceux qui ont la sittelle comme totem, il sera bénéfique de méditer sur le Pendu, l'arcane XII du Tarot. Le personnage est représenté tête en bas. La sittelle vous apprend à avoir foi en vos aptitudes et à faire confiance à la connaissance que vous avez acquise sur

l'application des rythmes et des vibrations spirituelles dans le monde physique.

Cela est amplifié par le fait que la sittelle est la compagne de voyage du pic. Alors que de nouveaux rythmes retentissent (le pic), la sittelle œuvre à les faire descendre des mondes éthériques et à les ancrer dans le monde physique. Celui qui a la sittelle comme totem devrait aussi étudier le pic et vice-versa.

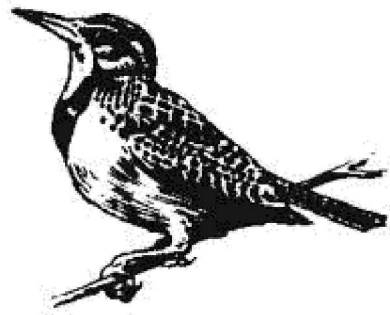
Le poitrail de la sittelle est blanc. Le blanc au cœur est le blanc de la foi et de la vérité. La sittelle peut vous montrer où se trouve la vérité et comment agir sur elle efficacement et en confiance – avec foi. La sittelle nous apprend à ne pas avoir une foi aveugle. Elle nous explique que la vérité révélée par quelqu'un n'est pas nécessairement *la* vérité. Elle nous enseigne aussi que celui qui pointe le doigt vers le soleil n'est pas le soleil lui-même. La sittelle nous apprend à utiliser une force et une action justes en ayant foi en nous-mêmes.

STURNELLE

Points clés : Réjouissant voyage intérieur

Cycle de puissance : Été

Si son nom anglais est *meadowlark*, c'est-à-dire littéralement « alouette des prés », la sturnelle est en fait un oiseau de la famille des ictéridés comme les loriots, quiscales et carouges (les vrais *blackbirds* ou « oiseaux noirs » d'Amérique, à la différence des *blackbirds* d'Europe, qui sont des merles). Cet oiseau indique généralement que vous êtes sur le point de vivre un plaisant périple à l'intérieur de vous-même. Nombre de ses comportements reflètent le voyage intérieur et un mouvement souvent associé à la découverte de soi (il peut s'agir ici de la découverte de son intuition, de l'imagination, de dons innés et même du monde des fées, ou de bien d'autres possibilités).



Les couleurs et les marques de ces oiseaux expriment elles-mêmes cet aspect. Le noir et le jaune sont les couleurs traditionnelles associées à l'archange Uriel, qui veille sur la saison estivale et l'activité du monde de la Nature. Le croissant (que de nombreuses sturnelles portent sur la poitrine) restitue un symbolisme lunaire – la lune étant associée de longue date avec le soi intérieur.

Les comportements et activités de la sturnelle reflètent eux aussi l'idée du voyage intérieur. Elle construit un nid en forme de dôme ou elle se sert de dépressions dans le sol pour y pondre ses œufs. La forme du nid traduit un retrait en soi, un « renfermement dans sa coquille ». L'oiseau quitte rarement le sol (en restant près du « soi »), sauf quand il est dérangé ou quand il veut se percher pour chanter. À la différence de la plupart des autres oiseaux, il marche quand il se nourrit sur le sol, au lieu de sautiller. Au regard de ce comportement, on le voit assurément plus à l'aise dans l'environnement intérieur, avec lequel la terre est davantage en relation que l'air.

Et que dire de la gaieté ? Incontestablement, la sturnelle a un chant joyeux. Elle chante aussi en vol – ce qui n'est pas le cas de la plupart des oiseaux qui ne le font qu'une fois perchés. Elle vit aussi dans les prairies ouvertes et ces dernières sont des lieux de croissance positive et de fertilité.

En outre, cet oiseau a un vol singulier. Il vole avec des mouvements d'ailes saccadés. Il plane et bat des ailes alternativement, dans un vol d'apparence espiègle et léger.

Pour les anciens alchimistes, l'alouette était un symbole de sublimation. Selon le dictionnaire Random House de la langue anglaise, la sublimation est l'« acte de détourner l'énergie de son but immédiat pour la rediriger vers un but ayant une nature ou un usage social, moral ou esthétique plus élevé… [C'est] l'acte de rendre plus noble et plus pur[31]. » La sturnelle – l'« alouette des prés » – nous apprend à chercher et trouver la joie en nous. Elle nous aide à trouver des manières de chanter quelles que soient nos circonstances de vie, en nous permettant de comprendre que tous les événements rencontrés font partie d'un grand voyage. Elle peut nous enseigner que la joie de la quête ne se trouve pas dans l'arrivée au but mais plutôt dans le périple lui-même.

TROGLODYTE/ROITELET

Points clés : Débrouillardise et hardiesse

Cycle de puissance : Printemps

Il existe plus d'une douzaine d'espèces de troglodytes. C'est un petit oiseau râblé qui a souvent été autant apprécié que le rouge-gorge. Par son histoire, ses légendes et son apparence, le troglodyte (*troglodytes*) a souvent été rapproché du roitelet (*regulus*), tous les deux ayant été appelés à un certain moment « petit roi des oiseaux » (*king of birds*). Ils partagent nombre de caractéristiques. Le troglodyte est généralement de couleur brunâtre et il dresse souvent les plumes de sa queue vers le haut quand il est en vol. Il se montre rarement dans un espace ouvert.

Ses plumes étaient considérées comme des fétiches contre la

noyade et il a coutumièrement été estimé comme un mauvais signe d'en tuer un. Pour les traditions païennes, les troglodytes étaient consacrés aux dieux et déesses de la terre. La légende disait qu'il avait volé du feu du soleil pour le ramener sur terre et que c'était à cause de cela qu'il avait de courtes plumes de queue dressées. Dans l'Europe médiévale, surtout dans les classes les plus modestes, on faisait de ce petit volatile l'oiseau domestique de la Vierge Marie. Cette réputation vient probablement du fait que, la plupart du temps, les classes dirigeantes étaient décrites dans les histoires et les légendes comme des aigles, des faucons, des ours, des lions… – les plus grands animaux et oiseaux de proie.

Le troglodyte et le roitelet sont probablement de petits oiseaux pleins de ressources et de sens de l'adaptation. Le troglodyte construit son nid dans tous les endroits appropriés. Généralement, il bâtit sa demeure près du sol, voire sur le sol, particulièrement dans les zones marécageuses. Le troglodyte mâle réalise la majeure partie du travail et, en plus du vrai nid, il va installer plusieurs « faux » nids. Ces derniers sont en partie créés pour une question de protection, mais certains pensent que le mâle les construit aussi pour séduire la femelle. Ce n'est qu'une fois les « faux » nids achevés que cette dernière s'installe dans le vrai pour y avoir sa nichée. Le mâle dort séparément de la femelle et des petits.

Le troglodyte est un oiseau courageux et plein de ressources. Un conte amérindien parle d'un épisode où il dupa l'aigle vantard en le convaincant de l'emporter haut dans le ciel, jusqu'à ce que ce dernier ne pût plus s'élever davantage. Alors le troglodyte reposé sauta du dos de l'aigle et s'envola au-delà des nuages, en riant bien de voir qu'il avait pu monter plus haut que l'aigle ne le pourrait jamais.

Le troglodyte a la puissance vocale d'un oiseau beaucoup plus gros que lui. Il chante de jour comme de nuit, comme s'il débordait d'assurance. Il a aussi un petit côté colérique et n'hésitera pas à affronter tout animal ou oiseau menaçant.

Si le troglodyte est entré dans votre vie, il est temps de vous

poser des questions importantes. Utilisez-vous les ressources qui vous sont disponibles ? Et les autres en font-ils autant ? Manifestez-vous assez d'assurance ? Êtes-vous si englué dans les soucis du quotidien que vous en oubliez de chanter ? Gardez-vous les pieds sur terre ? Des arbres vous cachent-ils la forêt ? Abordez-vous la vie avec assez d'enthousiasme ? La médecine du troglodyte permet d'utiliser ce qui est disponible et cet oiseau vous enseignera les moyens les plus efficaces pour construire dans votre environnement.

VACHER

Points clés : Relations parents/enfants

Cycle de puissance : Pas de période spécifique

Le vacher (en anglais *cowbird*) est un des plus petits merles noirs d'Amérique mais, en réalité, il n'est pas entièrement noir. Son corps et ses ailes sont noirs, mais sa tête est d'un beau brun. Cette combinaison de couleurs peut servir de rappel pour que vous restiez bien ancré dans la terre et que vous ayez conscience de vos responsabilités.

On pense souvent que le vacher est un oiseau cruel parce qu'il fait partie de ceux qui ont l'habitude de pondre leurs œufs dans le nid d'un autre oiseau. Ses victimes favorites sont les roitelets, les bruants et les parulines (fauvettes américaines). Une fois qu'il a pondu, il abandonne l'œuf pour que le petit soit couvé et nourri par l'occupant réel du nid. L'oisillon vacher « clandestin » devient normalement le plus gros oiseau du nid et éjectera bientôt les autres oisillons. Ainsi, il se retrouve généralement seul à être élevé aux dépens de tout le reste de la nichée.

Cette caractéristique a une grande signification pour ceux qui ont ce totem. Cela peut marquer un bon moment pour résoudre les vieilles questions d'abandon dans l'enfance. Mais cela peut aussi refléter une nouvelle opportunité pour mettre en œuvre une parentalité sous une forme ou une autre. L'apparition du vacher peut encore indiquer que vous chouchoutez trop vos enfants ou que vous interférez trop dans leur vie. En outre, elle peut aussi

vouloir dire que vous ne leur prêtez pas assez d'attention – ou pas assez d'attention correcte. Si les vachers se montrent à vous, étudiez plus soigneusement la question d'une responsabilité équilibrée au sein de vos relations parents/enfants.

J'ai aussi rencontré un certain nombre d'individus adoptés qui ont vu se manifester à eux des vachers dans la période où ils entamaient des recherches pour retrouver leurs parents biologiques. Les vachers peuvent contribuer à résoudre de nombreuses questions relatives à l'adoption.

VAUTOUR

Points clés : Purification – Mort et renaissance – Nouvelle vision

Cycle de puissance : Toute l'année – Été et hiver

Au début des temps, le soleil se trouvait très près de la terre – si près, même, que la vie sur terre devenait insupportable. Le monde animal se rassembla et décida de faire quelque chose pour améliorer la situation. Les animaux voulaient parvenir à éloigner le soleil. Le renard fut le premier à se porter volontaire. Il attrapa le soleil dans sa gueule et se mit à courir vers les cieux. Au bout de quelques instants, le soleil devint trop chaud et brûla la gueule du renard. Alors il s'arrêta. C'est pour cela que, depuis lors, l'intérieur de la gueule du renard est noir.

Le vautour aura ou urubu à tête rouge

Le nom de cet oiseau unique, vautour aura, vient du latin *vultur* (« déchireur » ou « arracheur »). Bien qu'il ne tue pas lui-même sa proie, il est considéré comme un rapace et un prédateur. Il a une magnifique envergure et une aptitude à planer pendant de très longs laps de temps. S'il demeure l'un des oiseaux les plus incompris, il a pourtant été l'un des plus puissants et des plus mystiques dans de nombreuses communautés humaines.

Puis l'opossum se porta volontaire. Il enroula sa queue autour du soleil et commença lui aussi à s'élancer vers les cieux. Mais rapidement, le soleil redevint trop chaud. Il brûla la queue de l'animal qui dut s'arrêter. Voilà pourquoi l'opossum n'a plus de poil sur la queue.

C'est alors que le vautour s'avança. Le vautour était le plus beau et le plus puissant des oiseaux. Sur sa tête, il arborait une splendide coiffe de riche plumage qu'enviaient tous les autres oiseaux. Sachant que la terre allait brûler de plus en plus tant que personne ne parviendrait à le déplacer, le vautour plaqua la tête contre lui et commença à s'envoler vers le ciel. À grands et

puissants battements d'ailes, il poussa et poussa le soleil de plus en plus loin vers le sommet de la voûte céleste. Bien qu'il sentît que les plumes de son crâne brûlaient, il continua jusqu'à ce que le soleil soit à une distance suffisante de la terre pour assurer la sûreté de cette dernière. Malheureusement, le vautour avait perdu dans l'affaire sa magnifique coiffe de plumes pour l'éternité.

Le vautour est probablement l'oiseau le plus incompris et le plus incorrectement perçu. Les gens le jugent répugnant et l'associent seulement à la mort, alors que les mythes et les contes révélant l'exact opposé abondent. Même un bref examen des multiples mythes à son propos et un coup d'œil rapide à ses comportements vous révéleront une créature vraiment merveilleuse.

Dans la tradition grecque, le vautour était considéré comme le descendant du griffon, une créature mythique ordinairement représentée sous la forme d'une combinaison de traits animaux. C'était un symbole du ciel et de la terre, de l'esprit et de la matière, du bien et du mal, du gardien et du vengeur. Il était vu comme le défenseur des esprits de la Nature. Pour les anciens Assyriens, l'ange de la mort se manifestait sous l'apparence d'un griffon. Il incarnait l'union entre le faucon, ses aspects solaires, et les aspects féminins de la nuit – reflet d'une vigilance sans fin. Le vautour est donc un lien avec le griffon en tant que gardien des mystères de la vie et de la mort, et de la route du salut (pour plus d'information sur le griffon, vous pourrez consulter mon ouvrage, *Enchantment of the Faerie Realm*).

En Égypte, la déesse de la vérité, Maat, est généralement représentée portant une plume de vautour. Dans certaines parties du territoire, le vautour était aussi un symbole maternel, probablement parce qu'il dévore les cadavres, permettant ainsi à une autre vie de s'alimenter. Souvent, les animaux et les oiseaux représentaient une forme du pouvoir divin qui se débarrassait de ce qui, autrement, aurait pu être dangereux pour la vie ou la santé. Tant la vie que la mort étaient souvent des symboles maternels.

Pour les Indiens pueblos, il était un symbole de purification. Sa

médecine devait restaurer l'harmonie brisée. Ses plumes étaient utilisées dans les rituels pour se ré-ancrer après des cérémonies de métamorphose, en facilitant le retour vers soi. Le vautour aura (ou urubu à tête rouge) était particulièrement en mesure d'assister de telles transitions. Il était utilisé pour chasser le mal, pour rompre le contact avec les morts (comme dans le *channeling*, la métamorphose et d'autres formes de médiumnité), pour décharger les objets de leur puissance magique, et même pour « ressusciter » des guerriers tués[32].

Dans les croyances populaires, quand le vautour aura revient après l'hiver, il ne gèlera plus. On pensait également que porter une plume de vautour noir (urubu noir) prévenait les rhumatismes. Par ailleurs, le vautour a aussi été associé à tort avec l'avidité et une certaine cruauté impitoyable.

Le vautour appartient à la famille des rapaces, mais à la différence de la plupart des autres membres de cette famille (les buses, les chouettes…), ses pattes faibles et ses serres courtes ne lui permettent pas vraiment de déchirer et de saisir. Il doit donc attendre que d'autres tuent à sa place. Si son rôle de charognard est souvent considéré comme répugnant, il assume une fonction extrêmement précieuse et nécessaire. Il limite les infections et les bactéries émanant de cadavres qui, sans cela, pourraient se diffuser dans d'autres animaux n'ayant pas la même résistance. Le vautour garde l'environnement propre et préserve son équilibre. En somme, il empêche la propagation des maladies et autres maux.

Il y a plusieurs variétés de vautours. Chacune a ses propres caractéristiques uniques. Toutes marchent, se tiennent debout et se perchent avec fermeté, dignité et une sorte de confiance silencieuse en eux, en dépit de leur apparence.

Côté ailes, c'est le condor qui a la plus grande envergure et il est le plus grand de tous les oiseaux volants du monde. Celle du condor des Andes peut aller jusqu'à quatre mètres. Quant au condor de Californie, son envergure peut atteindre trois mètres. Le vautour pape (ou sarcoramphe roi) d'Amérique centrale et du Sud vole seul ou à deux, généralement très haut et loin des

autres.

En Amérique du Nord, les deux espèces les plus familières sont l'urubu noir (vautour noir) et l'urubu à tête rouge (vautour aura) plus commun encore. Souvent appelés busards, ce sont simplement des vautours. L'urubu (ou vautour) noir est nommé ainsi du fait de sa couleur. Son nom scientifique est *coragyps atratus*, ce qui signifie « vautour habillé en noir ». En général, il est totalement noir avec simplement une tache blanche au bout de chaque aile. Le vautour noir a une aile plus courte que l'autre et ne peut aussi bien planer que le vautour aura. Il passe plus de temps perché. Et il niche souvent dans des troncs creux.

Le vautour aura a une longue queue et des ailes bicolores. C'est une créature pleine de grâce en vol. Son nom scientifique, *cathartes aura*, signifie « purificateur doré ». La nuit, les vautours aura se rassemblent sur des perchoirs communs comme des arbres morts. Et à l'aube, dans les premières lueurs du soleil, ils déploient leurs ailes pour essorer la rosée qui s'y est déposée, donnant l'impression d'honorer le soleil levant.

Bien que d'apparence modeste quand ils sont simplement posés, en vol, ces rapaces sont de magnifiques créatures. Ils planent avec une grâce et une aisance exaltantes. À ceux dont il est le totem, le vautour parle d'un temps à venir où ils seront davantage remarqués pour ce qu'ils font que pour ce qu'ils paraissent.

Les vautours ont une merveilleuse aptitude à repérer et utiliser les courants thermiques montant de la terre, ce qui leur permet de s'élever sans peine. Leur capacité exceptionnelle à exploiter les courants ascendants est souvent liée à la vision aurique, le don pour voir les émanations énergétiques subtiles du corps. Nous avons tous vu des courants thermiques dans notre vie. Quand par une chaude journée d'été, nous roulons en voiture et que nous voyons la chaleur s'élever et créer une sorte de vision brouillée au niveau de la chaussée, ce sont les courants thermiques. Pour un observateur regardant le phénomène depuis la terre, ces courants ne sont visibles que sur quelques dizaines de centimètres au-dessus du sol. Mais le vautour peut les voir s'élever dans et

depuis le ciel. Quand il se trouve à terre, il ne peut ni voir ni sentir ces courants mais, depuis le ciel, il est sensible aux moindres aspects de ceux-ci. Si le vautour aura entre dans votre vie, vous allez probablement bientôt commencer à voir les auras et les couleurs autour des personnes et des choses. Si ce n'est pas le cas, le vautour pourra vous aider à le faire.

Ce rapace est un chasseur patient. Il peut planer pendant des heures sans battre une seule fois des ailes. Ce sont de formidables symboles du vol sans source d'énergie spécifique ou moteur interne. Ils chevauchent les courants thermiques et autres mouvements d'air ascendants. Ils s'en servent pour contrer la force gravitationnelle et voler. Fondamentalement, ils n'ont pas besoin de dépenser beaucoup d'énergie pour s'opposer à la gravitation. Le fait que leurs ailes bougent très rarement en est la parfaite démonstration, car cela prouve clairement que leur capacité de voler ne procède pas d'elles. Les vautours utilisent simplement ce qui est à leur disposition.

L'un des secrets mystiques que l'on croyait détenu par le vautour était le don de lévitation. Cette dernière est la loi de la spiritualité. La gravitation est la force – l'impulsion – qui nous propulse vers la matière et le terrestre (physique). Le vautour s'oppose à la matière. Son aptitude à flotter, s'élever et planer a été vue comme un symbole du détachement du matériel, de la désintégration des attaches physiques, de la diffusion de l'énergie d'un individu afin que la gravitation ne pèse pas sur lui et ne le maintienne pas au sol – qu'il s'agisse de la gravitation réelle de la terre ou des situations et expériences pesantes de la vie quotidienne.

Les vautours peuvent aussi replier leurs ailes bien au-dessus du plan horizontal terrestre, ce qui est unique chez les rapaces et la plupart des oiseaux. Cette caractéristique est d'une grande utilité lorsqu'ils planent. Quand ils battent leurs immenses ailes, cela produit une puissante poussée vers l'avant. Ils n'ont donc pas besoin de le faire souvent. Cette capacité à utiliser l'énergie puissamment et efficacement fait partie de l'enseignement du vautour.

Les vautours sont aussi réputés pour leur vue affûtée. Certains scientifiques pensent même qu'ils se passent visuellement des messages subtils, d'un oiseau à l'autre, particulièrement quand ils ont déniché une carcasse. Ils peuvent repérer des cadavres à des kilomètres. Leurs yeux voient huit fois plus précisément ceux des humains.

En dehors de la vue, l'un de ses sens les plus puissants est l'odorat. Le vautour aura, notamment, a un odorat extrêmement développé. Ils peuvent détecter de la nourriture rien qu'en la humant, si nécessaire. L'odorat du vautour noir, quant à lui, n'est pas aussi aiguisé. Ce sens olfactif a longtemps été associé aux plus hautes formes de discernement dans les traditions métaphysiques. Le vautour aura peut vous aider à développer votre propre odorat que vous serez en mesure d'utiliser dans tous les domaines de l'existence. Cela vous permettra de déterminer si quelque chose « ne sent pas bon » dans votre vie. L'odorat est aussi lié à l'aromathérapie qui, pour ceux qui ont cet oiseau pour totem, pourra être la technique thérapeutique holistique la plus efficace à développer et à mettre en œuvre sur soi ou sur des tiers.

Le vautour aura a un système digestif unique. Cela n'a rien d'étonnant au vu des types de nourriture qu'il consomme. Il présente par exemple une résistance au botulisme des milliers de fois supérieure à celle des humains. L'appareil digestif contient des substances chimiques qui tuent les bactéries virulentes présentes dans la nourriture qu'il ingurgite.

Il n'est pas rare de voir des changements intervenir dans le système digestif de ceux qui ont un vautour totem. Les nourritures qui plaisaient et n'avaient aucun effet secondaire peuvent devenir moins compatibles. À l'inverse, des nourritures qu'on avait toujours pu penser intolérables peuvent devenir plus digestes. Les aliments que vous consommez vont avoir un effet beaucoup plus notable sur votre système énergétique. Essayez d'observer comment vous vous sentez physiquement, émotionnellement, mentalement et spirituellement après avoir ingurgité des nourritures différentes. Vous allez rapidement découvrir quels

aliments il vous faut éviter et lesquels il faut peut-être consommer en plus grande quantité.

Quand un vautour aura devient votre totem, il peut aussi y avoir des modifications dans vos processus d'élimination. Cet oiseau est l'un des rares qui élimine directement sur ses pattes et pieds (tarses). En somme, il s'asperge de ses propres déjections. Mais dans les faits, il s'agit en partie de nettoyer ses pattes et doigts des bactéries qui ont pu s'y accumuler quand il se nourrissait sur les charognes. Les mêmes substances chimiques antibactériennes présentes dans l'appareil digestif se retrouvent dans ses excréments et servent de bactéricides pour les membres inférieurs du vautour.

Bien entendu, cela ne signifie nullement que ceux qui l'ont pour totem vont avoir des problèmes d'incontinence. En revanche, ils doivent s'assurer que leur système d'élimination fonctionne correctement et régulièrement. Si vous sentez une baisse d'énergie ou que vous avez l'impression d'être abattu du fait d'un rhume ou de quelque affection du même ordre, vérifiez votre transit. Vos intestins ont peut-être besoin d'être stimulés.

Le vautour a une autre raison d'éliminer directement sur ses membres inférieurs : ça les rafraîchit, ce qui est sain et bénéfique pour ceux qui l'ont comme totem, surtout s'ils ont du mal à se rafraîchir et ont souvent trop chaud. Trempez les pieds dans l'eau froide et vous obtiendrez des résultats rapides et merveilleux.

En réalité, le vautour veille scrupuleusement à sa propreté et, dans la nature, il se baigne fréquemment. Sa tête déplumée lui permet de demeurer relativement propre quand il la plonge dans les charognes et leurs entrailles. S'il avait des plumes, les bactéries s'y accumuleraient ; ainsi, l'absence de plumes empêche l'infection. Les rayons du soleil eux-mêmes servent de désinfectant pour la tête. Chaque matin, le vautour se dresse face au soleil, les ailes déployées, pour réchauffer ses plumes et nettoyer toutes les bactéries susceptibles de demeurer sur lui. De cette manière, ses ailes lui servent en quelque sorte de mini-capteurs solaires.

Le vautour n'a pas vraiment de voix. Il parvient juste à faire

sortir l'air par son bec et à émettre un sifflement. Pour certains, il faut y voir une leçon : mieux vaut agir que parler. Autrement dit, cela montrerait que la médecine du vautour vise l'action plutôt que le discours sur l'action.

Les vautours pondent généralement leurs œufs sur le sol nu. Les jeunes sont extrêmement sensibles aux interférences. La période d'incubation puis d'assistance de l'oisillon généralement unique est longue. Les parents n'ont donc pas besoin d'aller chercher loin leur nourriture. Le jeune ne quitte pas le nid et ne vole pas avant trois mois. Pour cette raison, une croyance répandue fixe à trois mois le temps d'expérience de la mort avant que l'individu n'entame vraiment le processus de renaissance/réincarnation, comme le symbolise le vautour.

En alchimie, le vautour était un symbole de sublimation, particulièrement en raison de sa ressemblance avec l'aigle. Il était considéré comme la confirmation d'une nouvelle relation entre les aspects volatiles de la vie et ses aspects fixes, entre les énergies psychiques et les forces cosmiques. Il y avait là la promesse que les souffrances de l'immédiat n'étaient que temporaires mais nécessaires, car un but plus élevé était mis en œuvre – même si l'on n'en avait pas alors conscience. Cela veut dire que, quelles que soient les difficultés de la vie, la délivrance est aussi imminente et certaine dans votre existence que l'était jadis celle de Prométhée par Hercule.

TROISIÈME PARTIE

COMPRENDRE LA MÉDECINE ANIMALE

Au commencement de toutes choses, la sagesse et la connaissance étaient chez les animaux, car Tuawa, Celui qui est en haut, ne parlait pas directement à l'homme. Il envoya des animaux dire à l'homme qu'il se montrait à travers les bêtes et que d'elles, mais aussi des étoiles, du soleil et de la lune, l'homme apprendrait… car toutes les choses parlent de Tuawa.

Chef Letakos-Lesa[1], du peuple des Indiens pawnee à Natalie Curtis, vers 1904[2]

CHAPITRE 11

HONORER LES ANIMAUX TOTEMS

Il est intéressant de noter que de nombreuses sociétés, y compris les Amérindiens natifs, n'avaient aucun mot pour classer les animaux. Ils étaient simplement considérés comme un peuple, de même que les humains étaient eux aussi perçus comme formant un autre peuple. Pour les Lakotas, ils étaient frères, sœurs, pères et mères. Ils constituaient une grande famille au sens le plus large. Le mot « animal » ne fut pas véritablement utilisé avant les années 1600, et encore était-ce alors surtout un terme d'érudit. Jusque-là, les animaux étaient simplement désignés sous le nom de « bêtes », de « créatures » ou d'autres désignations du même ordre[1].

Le mot « animal » vient du latin *anima* signifiant « âme » ou « souffle de vie ». Dans l'expression anglaise *wild animal* (littéralement, « animal sauvage »), l'adjectif *wild* vient de l'anglo-saxon *wilde*, faisant référence au fait de vivre libre dans la Nature

et pas sous le contrôle de l'homme. On trouve sous-jacente ici l'idée que le souffle du divin est présent dans l'expression animale de la Nature.

Dans les vieux textes notamment sacrés, les animaux étaient souvent associés aux forces divines, et en particulier aux dieux et déesses. Chaque dieu et déesse d'Inde a un animal pour véhicule. L'être divin est littéralement transporté par un animal. Par exemple, le dieu à tête d'éléphant Ganesh (Ganesha) chevauchait le gros rat Mûshika et Shiva montait le taureau Nandi. L'animal est aussi un messager du dieu ou de la déesse et il exprime la nature du dieu ou de la déesse et sa relation avec la Nature. Pour les individus, l'être divin était présent dans l'animal, ainsi, chaque taureau était Shiva tout en étant simultanément consacré à ce dernier.

Les temples hindous étaient fréquemment construits en cercles concentriques et les animaux apparaissaient sous différentes formes à divers niveaux des cercles. Au cœur du temple (le *sanctum sanctorum*, le « Saint des Saints »), il n'y a qu'une image du divin qui transcende toutes les autres formes physiques[2].

Plusieurs bestiaires du Moyen Âge s'efforçaient d'attribuer aux animaux certains phénomènes et qualités cosmiques spécifiques supposés constants. Parmi ces traités, citons le *Physiologos*, d'un auteur alexandrin non identifié (peut-être Clément d'Alexandrie) et le *De animalibus*, attribué à Albert le Grand (*Albertus Magnus*). Les animaux étaient utilisés comme des symboles des aspects inférieurs dont devaient triompher les humains. Ils étaient souvent classés en fonction des quatre éléments : les créatures aquatiques et amphibies = l'élément eau ; les reptiles = l'élément terre ; les oiseaux = l'élément air ; les mammifères (les créatures à sang chaud) = l'élément feu.

Mais dans ces vieux bestiaires et textes sacrés, le symbolisme des animaux variait fréquemment selon le contexte – en dépit des constantes que les écrivains et professeurs essayaient de leur assigner. La perception et la signification de l'animal pouvaient être interprétées selon des perspectives naturelles, humaines, divines ou même fantastiques. Et généralement, tous ces modes

de raisonnement étaient impliqués.

C'est ce que vous devez constamment garder à l'esprit lorsque vous développez votre propre appréhension du langage animal. Il n'y a pas d'interprétation unique et simple. Chaque animal va vous parler personnellement, spécifiquement et métaphoriquement. Commencez, nous l'avons dit, par une solide connaissance de base de l'animal concerné, puis poursuivez par des associations plus mystiques et plus métaphoriques. Aucune n'est nécessairement meilleure ou plus bénéfique que l'autre. Mais la première – la connaissance de base – posera les fondations quand les associations complémentaires viendront ajouter de la couleur à votre relation avec l'animal et l'ensemble du monde naturel. Ne perdez jamais de vue qu'il faut étudier chaque animal pour trouver ses caractéristiques et comportements et que tout cela doit être relié spécifiquement à votre propre vie. Toute correspondance que vous pourrez établir comporte des germes de vérité.

À mesure que vous les honorez et travaillez avec eux, la tâche devient plus facile et vos interprétations et correspondances se révèlent de plus en plus exactes. Cela va vous permettre d'être en paix avec les animaux, et vous aider à percevoir l'entremêlement des mondes des dieux et de la Nature. Et votre émerveillement devant la vie croîtra en proportion.

Les animaux totems que vous découvrez à l'aide des exercices du présent ouvrage font d'excellents ponts vers le monde spirituel. Les animaux vous donnent plus de force et de pouvoir pour travailler avec les mondes insaisissables et éthériques tout en contribuant à vous garder bien ancré dans le sol.

En cherchant vos totems, vous constaterez qu'ils viennent fréquemment à vous dans les rêves et les méditations. Vous rencontrerez l'animal de bien des manières et toutes seront des confirmations pour vous. Vous pourrez tomber sur des images, des photos, des tableaux, des cartes postales, des bibelots ou n'importe quelle autre curiosité représentant votre animal. Vous allez peut-être zapper sur des programmes télévisés explorant son habitat et ses comportements avec une plus grande

fréquence que d'habitude. Des livres, des mythes et d'autres modes de description de l'animal vont croiser votre route. Vous n'avez nul besoin de vous plonger dans chacun d'eux. Mais en les reconnaissant, en remarquant leur récurrence et en tirant d'eux un quelconque bénéfice, vous honorez l'énergie et l'esprit à l'œuvre dans votre vie par l'intermédiaire de cet animal totem.

Il y a cinq choses très spécifiques que vous pouvez faire pour établir plus solidement votre relation avec votre totem et avec la Nature. Elles vous aideront à honorer cette relation.

1. Apprenez autant que possible sur votre esprit totem. Lisez tout ce que vous pouvez sur lui. Informez-vous sur ses qualités de base, ses habitudes, ses comportements. Recherchez des mythes et des contes liés à cet animal. Tout cela contribuera à vous permettre de définir et de comprendre comment ses énergies ont le plus de chances de se manifester dans votre vie.

   Il n'est pas rare que l'on se découvre un animal totem qui nous effraye. Des peurs peuvent lui être associées. L'animal peut ne pas être attrayant, voire carrément répugnant. Quand cela se produit, je recommande de se rendre dans le rayon « jeunesse » d'une bibliothèque et de consulter un ouvrage pour enfants sur l'animal. La plupart des livres pour les plus jeunes essayent de présenter les animaux d'une manière intéressante et singulière – surtout les animaux que les enfants (et donc les adultes) ont de grandes chances de vouloir fuir. Un livre d'enfant sur l'animal vous aidera à vous sentir plus à l'aise avec celui-ci tout en vous présentant ses caractéristiques les plus fascinantes. Ces ouvrages pour la prime jeunesse sont d'ordinaire moins effrayants.

2. Trouvez des images et autres représentations artistiques de votre animal totem. Faites un collage avec tout ce que vous dénichez en plaçant au milieu une photo de vous-même. Accrochez le résultat sur un mur où vous pourrez le voir toute la journée. Ce sera un rappel permanent de la relation que vous êtes en train d'établir avec votre esprit animal.

3. Dessinez l'animal. Ne vous préoccupez pas de la qualité de votre talent artistique. Ne comparez pas vos « œuvres » à celles de quiconque. Personne n'a même à voir vos dessins. Rappelez-vous que la relation avec votre animal vous est personnelle. Avec de la pratique, vous constaterez que vos représentations seront étonnamment précises.

   Si vous avez tendance à griffonner quand vous êtes au téléphone, crayonnez des esquisses de votre animal. Là encore, cela participera de la construction de votre relation et personne ne critique jamais des griffonnages. Tous les efforts artistiques stimulent le cerveau droit qui exalte nos perceptions intuitives du monde spirituel.

4. Achetez des figurines de votre totem. Elles n'ont besoin d'être ni grandes ni onéreuses. Par exemple, on trouve plein de marque-pages dans les librairies avec des animaux dessus. Achetez-en pour vous et pour d'autres.

   Des petits objets ou images (comme les marque-pages que je viens de mentionner) représentant votre animal font de merveilleux cadeaux à proposer à votre famille ou à vos amis. En offrant ces petits présents, vous honorez l'universalité de l'esprit de l'animal et sa capacité à aider tout le monde. Vous n'avez pas besoin de dire pourquoi vous donnez spécifiquement ce cadeau, pas plus que vous n'avez besoin d'expliquer sa signification ésotérique. Dites simplement que c'est un de vos animaux favoris et que vous pensiez que cela pouvait traduire une jolie intention.

5. Faites des dons anonymes aux associations pour la protection de la Nature ou à des organisations spécifiquement associées à votre animal totem et à sa préservation. L'anonymat assure que le geste est fait dans un esprit de don et non de reconnaissance.

   Donnez bénévolement de votre temps et de votre énergie dans des centres et autres parcs naturels. La plupart sont toujours en quête d'aides fiables. Vous ne travaillerez peut-être pas directement avec des animaux, mais vos efforts contribueront à l'entretien et à la préservation de leur

environnement naturel. Les tâches que vous aurez à effectuer ne seront peut-être pas attrayantes, mais tout a son importance.

J'assume plusieurs fonctions bénévoles au Brukner Nature Center de Troy, dans l'Ohio. Dans un de ces postes, chaque matin, je nettoie les cages et nourris les animaux. Cette tâche peut être très chronophage et requiert de charrier des excréments et d'autres déchets qui n'ont rien d'agréable – surtout au printemps quand le centre est envahi de bébés et d'orphelins qui mettent tout sens dessus dessous. Vous pouvez aussi avoir à vous occuper d'animaux ayant une attitude très hostile. Cette occupation permet d'avoir des contacts avec une grande variété d'animaux et libère du temps pour les permanents de l'équipe qui peuvent se concentrer sur des tâches plus importantes relatives à la réhabilitation, à la préservation, à l'éducation, etc. C'est un bon équilibre.

Rappelez-vous qu'en participant à la promotion et à la protection de la Nature en général, vous protégez et promouvez la vie de votre totem spécifique. Chaque aspect de la Nature est lié, d'une manière ou d'une autre, à tous les autres. Simplement, on n'a pas toujours conscience des connexions. Quand vous contribuez à promouvoir et à protéger un aspect quelconque de cette Nature, l'esprit qui sous-tend celui-ci va se mettre lui-même à exalter et protéger votre vie, car la Nature n'est pas séparée de nous.

Ne vous vantez pas de ce qu'est votre totem ni de ce qu'il fait pour vous ou pour d'autres. L'incrédulité des tiers, qu'elle soit exprimée ou non, peut entraver et restreindre votre connexion avec votre animal. Il y a de la force dans le silence. Parler de votre relation peut disperser ou affaiblir les énergies de votre totem, avant même qu'elle ait eu la moindre chance de développer une véritable magie pour vous.

Faire savoir à des tiers que vous êtes fasciné par certains animaux ou que vous les aimez n'a rien de négatif. Ainsi, si quelqu'un vous demande les raisons de votre fascination, dites-lui simplement que vous admirez l'énergie et les qualités de l'animal.

Un animal totem est quelque chose de personnel. Oui, plusieurs individus peuvent avoir la même espèce générique d'animal totem, mais il fonctionnera différemment avec chaque personne. Ce ne sera ni meilleur ni pire, juste différent.

Apprenez à honorer vos relations avec les animaux et laissez-les se développer en faisant montre de respect. Prenez conscience des limites du totem et faites en sorte que celui-ci découvre les vôtres. À mesure que vous grandissez et développez votre relation, ne soyez pas étonné de la voir changer. Montrez-vous créatif dans cette relation et dans votre façon de l'honorer. Adressez des remerciements à la source divine que vous vénérez – quelle qu'elle soit – pour l'aide qu'elle vous apporte par l'intermédiaire de cet esprit animal.

INVOQUER VOS ESPRITS ANIMAUX

Dès que vous connaissez vos esprits animaux, il est important d'établir une relation de travail avec eux. Cela vous permettra de savoir tout de suite ce qu'ils peuvent faire et ne pas faire pour vous. Et de ce fait, cela vous aidera à les invoquer, eux et les forces archétypales opérant à travers eux, au regard de vos objectifs particuliers.

Commencez par méditer sur l'animal. Effectuez de simples visualisations où vous l'imaginez se tenant devant vous ou se rapprochant tout près de vous. Laissez-le s'adresser à vous télépathiquement. Tandis qu'il est devant vous, écoutez-le vous parler de lui-même. Qu'il vous dise comment il peut vous aider dans différents domaines de votre vie. Ne vous inquiétez pas si vous avez l'impression que tout se passe dans votre esprit. Plus vous allez lui accorder d'attention et de concentration, plus vous allez pouvoir l'inviter à se manifester et vous connecter à son essence.

Entraînez-vous à le visualiser en train de se fondre en vous. Exécutez des méditations où vous vous voyez devenir vous-même cet animal. Les exercices du prochain chapitre vont vous y aider. S'il y a, au travail ou chez vous, des situations où vous

savez que vous pourriez avoir besoin de l'énergie de l'animal, prenez cinq minutes avant d'y être confronté pour visualiser l'animal actif en vous. Ressentez son énergie, sa vitalité, sa force. Prenez conscience qu'il va vous aider à vous sortir de la situation. Voyez-la tourner au final à votre avantage.

Plus vous connaîtrez votre esprit animal et serez capable de reconnaître ses énergies en vous et autour de vous, plus vous serez en mesure de l'invoquer pour qu'il vienne à vous. La musique, le chant, le battement du tambour sont autant de pratiques que vous pouvez utiliser pour appeler vos esprits animaux. Le chant et le tambour sont des outils très puissants pour modifier ses états de conscience et ouvrir les portes du monde spirituel. Si nous n'avons ici ni le temps, ni la place de traiter tous les aspects du tambour et ses applications dans le travail avec les animaux, nous l'examinerons plus en détail dans le prochain chapitre.

Composez des chants à l'intention de votre totem. Ils n'ont pas besoin d'être compliqués. Deux ou trois lignes simples, mélodiques et répétitives seront de parfaits outils. S'il y a un chant ou une mélodie qui vous sont déjà familiers, modifiez leurs paroles pour honorer spécifiquement votre totem. Dans vos méditations, vous pouvez aisément demander à celui-ci de vous apprendre la prière ou le chant qui le fera venir plus rapidement.

L'un des chants les plus puissants que j'utilise pour tous mes esprits animaux est une adaptation d'un vieux morceau de la Renaissance. J'utilise les trois lignes de son refrain pour appeler mes animaux totems. C'est un air aussi protecteur que stimulant et il célèbre l'animal.

Ce morceau intitulé *Riu Chiu* est une œuvre espagnole

anonyme du XVIe siècle. Elle est aussi l'une des mélodies de la Renaissance les plus jouées à Noël mais, comme nombre de chants du même type, il en existe des versions sacrées et des versions profanes.

Chacune des trois lignes du refrain a douze pieds. Trois est un nombre créateur et il est aussi présent dans le douze. Ce dernier chiffre a également une grande signification mystique, qui sous-tend les douze signes du zodiaque, les douze mois de l'année, les litanies de douze dieux et déesses, etc. Ces nombres confèrent au chant un rythme créateur. Ceux qui étudient la numérologie ne passeront pas à côté de cette symbolique (concernant la signification du rythme, certains pourront se reporter à mon précédent ouvrage, *Sacred Sounds* [*Sons sacrés*] qui fournira en outre des techniques spécifiques d'écriture de chants et prières magiques et mystiques).

La traduction du chant *Riu Chiu* établit de claires connexions avec les mystères du processus prédateur-proie, déjà évoqué plus haut dans ce livre. L'adaptation de la troisième ligne renforce l'idée selon laquelle le divin se manifeste à travers des animaux particuliers et des expressions diverses de la Nature.

RIU CHIU (ORIGINAL)

Riu Riu Chiu, La Guardo ribera

[Riu Riu Chiu, Qui veille près de la rivière]

Dios guardo el lobo de nuestra cordera

[Dieu protège nos brebis du loup].

Dios guardo el lobo de nuestra cordera

[Dieu protège nos brebis du loup].

RIU CHIU (MON ADAPTATION)

Riu Riu Chiu, La Guardo ribera

[Riu Riu Chiu, Qui veille près de la rivière]

Dios guardo el lobo de nuestra cordera

[Dieu protège nos brebis du loup].

… guardo el lobo de nuestra cordera

[… protège nos brebis du loup].

Dans mon adaptation, je n'utilise pas le mot *dios* dans le troisième vers. Je lui substitue le nom de l'animal que j'appelle. Dès lors qu'il s'agit d'un morceau hispanique, j'utilise le nom espagnol de l'animal. De cette manière, je souligne l'idée que Dieu ou le divin se manifeste à travers un animal et que c'est l'énergie de cet animal qui protège les brebis du loup. C'est l'animal qui active les énergies d'équilibre dans le processus prédateur-proie.

RIU CHIU (EXEMPLE D'ADAPTATION)

Riu Riu Chiu, La Guardo ribera

[Riu Riu Chiu, Qui veille près de la rivière]

Dios guardo el lobo de nuestra cordera

[Dieu protège nos brebis du loup].

Halcon guardo el lobo de nuestra cordera

[Le Faucon protège nos brebis du loup].

L'animal est la forme sous laquelle le divin se manifeste et c'est ce qu'exprime le troisième vers. Si je travaille avec plusieurs animaux, je vais répéter plusieurs fois ce chant en changeant à chaque fois le nom de l'animal. Normalement, je répète trois fois ce chant pour chaque animal, afin de conserver ce rythme magique créateur du trois. Faites votre propre expérience. Trouvez ce qui fonctionne le mieux pour vous. C'est un morceau puissant et j'ai constaté qu'il était particulièrement efficace pour

invoquer les animaux avec lesquels je ne travaille normalement pas.

Au terme de ce chapitre, vous trouverez la mélodie de ce morceau. Si vous disposez d'un piano ou d'un instrument de musique, il vous aidera à apprendre à la chanter. Je vous invite à vous rendre dans une bibliothèque locale, une médiathèque scolaire ou même un magasin de musique qui possède des musiques de la Renaissance, et de vous procurer un enregistrement de cet air. Entendre quelqu'un l'interpréter vous permettra de l'apprendre encore plus facilement. Si elles n'en disposent pas elles-mêmes, la plupart des bibliothèques vous aideront à le trouver.

Les efforts que vous déploierez pour le dénicher et l'apprendre seront bien récompensés, car c'est un morceau puissamment efficace. Les tambours et les hochets l'accompagneront très bien et en accentueront les effets.

Grâce à un dictionnaire français-espagnol tout simple, vous trouverez aisément le nom des animaux à substituer. Il se peut que certains noms puissent ne pas s'accorder aisément avec le rythme de la mélodie, aussi vous faudra-t-il peut-être vous montrer créatif. Par exemple, le nom espagnol de la chouette est *lechuza* qui ne s'insère pas harmonieusement en lieu et place de *Dios*. Alors j'ai condensé le mot en faisant tomber la dernière syllabe, pour qu'au lieu des trois syllabes de *lechuza*, on reste avec les deux de *lechuz*. Votre intention demeurera pleine et entière.

Voici quelques exemples de traduction :

Cerf – *venado, ciervo* (masc.)	Kangourou – *canguro*
Faucon – *halcon*	Chouette – *lechuza*
Aigle – *aguilla*	Lapin – *conejo*

Renard – *zorro*

Tortue – *tortuga*

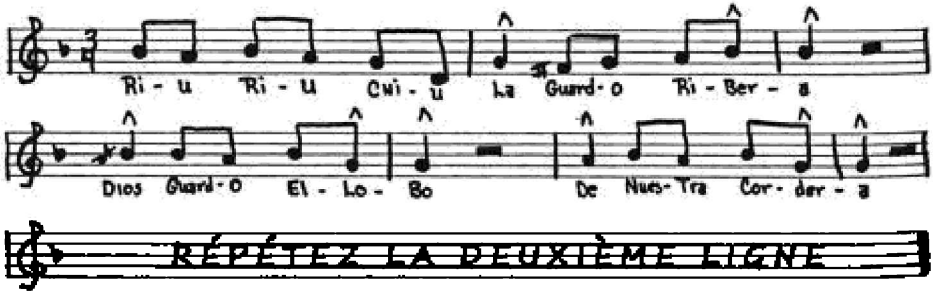
Cheval – *caballo*

Vautour – *gallinazo*

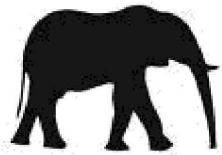
Éléphant – *elefante*

Baleine – *ballena*

Trouvez ci-dessous la musique de cette invocation des animaux. Travaillez avec elle. Expérimentez-la. Vos efforts engendreront une réponse rapide et vous aideront à vous métamorphoser. Il y a une magie attachée à cette mélodie qui fonctionne.



CHAPITRE 12



RITES ANIMALIERS

Les rites animaliers et les droits des animaux sont des sujets de discussion fréquents dans les groupes ésotériques et autres structures *new age*. On pourrait naturellement penser que les deux vont de pair, mais dans certains cercles, ce n'est pas du tout le cas. Je suis stupéfait par le nombre de fois où j'entends parler d'histoires de rites animaliers impliquant des sacrifices.

Déjà, on peut mentionner la popularité du culte vaudou dans différentes parties des États-Unis d'Amérique où des poules sont fréquemment massacrées au cours des rituels. Du fait du retour du chamanisme et de son succès, beaucoup supposent aussi que le sacrifice animal fait partie de l'harmonisation avec la Nature et que tout est juste, tant que l'on honore l'animal. À l'époque de la Convergence harmonique (*Harmonic Convergence*, l'un des grands rassemblements *new age*), il m'a été rapporté quantité d'histoires effrayantes de groupes chamaniques sacrifiant des

poules ou d'autres animaux à la terre mère.

Ces derniers temps, la chasse paraît être redevenue à la mode et même encouragée chez certains groupes. Une femme venue me consulter m'a raconté à quel point elle était heureuse d'envoyer son mari chasser pour qu'il puisse lui rapporter des peaux afin de faire des vêtements rituels et de lui permettre ainsi de faire encore plus un avec l'animal.

Rien n'est plus dangereux que le manque de connaissance. Pour moi, toutes ces activités sont consternantes, épouvantables même. Elles traduisent l'ignorance et un immense irrespect à l'endroit de la Nature. Certains pourront dire que les animaux meurent aussi dans la Nature de toute façon, et donc qu'aucun véritable mal ne leur est infligé. Oui, c'est vrai, la mort fait partie de la Nature. Mais elle n'intervient que dans le cadre d'un cycle naturel de prédation ou de maladie, pas comme le résultat d'un processus infligé artificiellement. Peu importent les justifications qu'on lui invente : la chasse n'est pas un sport. Un sport implique une compétition entre des individus disposant des mêmes équipements ou accessoires. Je n'ai aucun scrupule à rapporter aux autorités idoines toutes les constatations d'activités abusives ou indignes dont je peux avoir connaissance.

Nombre de puristes du chamanisme pensent que c'est la seule manière de s'harmoniser avec la terre mère. Ces individus peuvent tenter de se justifier comme ils veulent : ils font montre de graves erreurs d'interprétation. Dans des temps plus primitifs, ces types de rite faisaient partie de la vie. On tuait un animal pour survivre. C'était autant un acte d'auto-préservation que de religion. Toutes les parties de l'animal avaient une fonction particulière et étaient utilisées, d'autant qu'il n'y avait souvent rien d'autre de disponible pour remplir la même fonction, ou que les hommes ne disposaient pas de la bonne connaissance pour cela. Ces sociétés avaient aussi une hygiène particulièrement pauvre, une espérance de vie très courte et une existence extrêmement difficile. Voulons-nous aussi retrouver ces conditions de vie ?

Dans certaines sociétés anciennes, répandre le sang était un moyen de libérer une forme d'énergie psychique que l'on trouvait

dans ce sang afin d'amplifier l'énergie du prêtre, de la prêtresse, du chamane, du magicien, ou de l'homme (ou femme) médecine en général. C'était l'unique méthode connue. Aujourd'hui, les hommes ont évolué et n'ont plus besoin de telles activités. L'énergie psychique humaine est très forte et vitale, mais de semblables pratiques ne font que contaminer le champ énergétique humain – et peu importe le type de purification ou de « nettoyage » que l'on puisse accomplir conjointement. Elles polluent les pensées, les émotions, et même la santé physique.

Ceux qui proclament qu'elles sont nécessaires se trompent. Ces individus refusent de prendre leur temps pour développer leurs aptitudes d'une manière plus naturelle ou pensent que la magie et le mysticisme participent de quelque chose de surnaturel hors de leur portée. Finalement, dans de tels cas, la loi de réciprocité s'active, mais au détriment de qui ?

Rappelez-vous que l'imitation est vaine et impuissante. De nombreuses formules mystiques et magiques se sont transmises jusqu'à nous au cours du temps et de nombreux groupes s'accrochent fidèlement à elles sans jamais modifier les rites ou les prières. Et bien souvent, ils se retrouvent contraints de trouver des excuses quand l'énergie invoquée et manifestée se révèle bien moindre que prévue.

Pour qu'une vraie magie et/ou une vraie spiritualité se manifestent et fonctionnent, nous devons puiser dans ce que nous avons appris, puis ajouter à cela nos propres intuitions et imaginations créatrices. Cela seul donne de la puissance à cette magie. Et c'est ce qui la rend vraiment… magique. Être responsable et vivre une vie mystique requiert de prendre ce qu'on peut trouver à n'importe quelle source accessible : on extrait, on remodèle, puis on synthétise le tout en un système de croissance créative et productive qui fonctionne pour vous personnellement. Il s'agit très précisément ici d'utiliser ce que vous avez appris de la manière qui sera la meilleure pour vous et tout votre environnement.

Nous ne pourrons jamais revivre les bons vieux jours des anciens chamanes du passé. Au demeurant, nous n'en avons

aucune envie. Si nous croyons vraiment qu'il faut tuer ou sacrifier un animal pour ne faire qu'un avec lui, il ne restera bientôt rien d'autre que des images. Que préférez-vous regarder : un loup dans la nature ou la photo d'un loup dans la nature ? Ce que nous devons faire, c'est prendre ce que les anciens chamanes nous ont appris et l'adapter à nos vies actuelles et à leur contexte. Ainsi pouvons-nous trouver des manières bénéfiques de nous mettre en harmonie avec les animaux et la Nature.

Je connais bon nombre d'individus qui ont trouvé un magnifique compromis. Dans notre société à fort trafic routier et où les routes empiètent sur les terres naturelles, il n'est pas rare de croiser un animal écrasé par une voiture. Un nombre croissant de personnes circule toujours en voiture avec des gants et des sacs plastique. Quand elles tombent sur des petites victimes de la route, elles s'arrêtent et les ramassent. Et plus tard, elles pourront exécuter leur rituel pour les honorer, pouvant même garder précieusement leurs plumes ou leur peau. D'autres se contentent de s'arrêter et d'écarter l'animal mort de la chaussée afin que d'éventuels charognards ne risquent pas eux-mêmes d'être victimes de la circulation. Il s'agit là d'un formidable hommage rendu à la vie de l'animal et de la Nature en général. On dit ici subtilement à l'esprit de l'animal : « Ta vie a été bénéfique. »

J'ai toujours des gants, une couverture et des sacs dans ma voiture. Au cours de mes nombreux déplacements, je tombe fréquemment sur des animaux blessés ou morts. Il est triste de voir le nombre et le type d'animaux accidentés. J'ai vu des faucons, des corbeaux, des opossums, des ratons laveurs, des marmottes, des lynx, des coyotes et bien d'autres. J'ai été assez malchanceux moi-même pour percuter et tuer de petits animaux qui se sont figés dans la lumière de mes phares. C'est une sensation horrible. Je n'ai pas toujours été en mesure de m'arrêter, mais chaque fois que c'est possible je le fais, ne serait-ce que pour déplacer la victime hors de la chaussée. Je récite une prière pour libérer son esprit. J'exprime mon chagrin pour sa mort soudaine et malheureuse. Et je lui souhaite le meilleur pour la suite en promettant d'essayer d'aider particulièrement son espèce à l'avenir.

Au printemps, il n'est pas rare de voir des opossums qui ont été blessés ou tués. Quand c'est possible, je m'efforce de m'arrêter pour voir ce qu'il y a à faire. Si c'est une femelle, il est fort possible qu'elle porte des petits dans sa poche ventrale. Même si la mère est morte, sa progéniture peut parfaitement être vivante.

Un jour, de retour du Colorado, je traversais le Missouri. Il avait fortement plu pendant des jours. Le sol était si trempé que des centaines de tortues étaient sorties des bois le long d'une bonne portion de la route et s'étaient engagées sur la chaussée. Il y en avait dans les deux sens sur près de sept kilomètres. Il était très difficile de les éviter. Je regardais dans mon rétroviseur pour voir comment faisaient les autres conducteurs.

Certains n'essayaient absolument pas d'éviter les tortues, mais je fus stupéfait par le conducteur d'un semi-remorque qui ralentit au maximum et se débrouilla pour s'écarter de sa route, contourner les tortues et ne pas en blesser une seule. C'était un spectacle incroyable de le voir manœuvrer son énorme véhicule et d'être capable d'éviter tous les petits animaux. Au regard du nombre de reptiles présents ce jour-là, on peut parler d'un formidable numéro de conduite. Alors que je laissai les tortues derrière moi, je leur adressai une prière de protection et j'en fis une spéciale pour le chauffeur du camion.

De tels rites honorent le monde de la Nature et permettent de se connecter avec celle-ci. Ils peuvent être aussi simples qu'une prière ou aussi complexes qu'une cérémonie de métamorphose. Ceux qui suivent sont conçus pour être aussi simples qu'efficaces. Ne craignez pas de les adapter ou de créer les vôtres. Ils stimuleront des idées favorisant un travail encore plus créatif avec vos esprits animaux.

SE PRÉPARER AUX RITES ANIMALIERS

Prononcez le mot « rituel » devant une douzaine de personnes et vous obtiendrez autant de réactions différentes. Les réponses varient tout le temps et sont souvent déroutantes. Beaucoup a été écrit sur le rituel par le passé, mais malheureusement, il s'agit

souvent de déclinaisons absurdes et grotesques des véritables techniques rituelles. La plupart des opinions concernant les rites de toutes sortes sont des produits de l'imagination – suscitées notamment par la télévision et le cinéma. La grande majorité résulte en réalité d'un matraquage, traduisant le peu de compréhension du vrai potentiel que représente l'alignement de l'individu sur l'ensemble des énergies existant dans l'univers.

Une grande partie des informations sur les cérémonies, les rites et ceux qui y participent est conçue et utilisée par les amateurs et les chercheurs de grands frissons paranormaux. Beaucoup inventent des pratiques rituelles pour couvrir leurs propres comportements déviants ou simplement pour dissimuler leur ignorance.

Jadis, on pensait que les rituels ne concernaient que la relation avec des anges, des démons ou autres créatures mystérieuses. Mais nous devons prendre conscience que nous exécutons des rituels quotidiennement. Combien d'entre nous observent un ensemble de routines chaque matin ? Ne nous levons-nous pas, avant de prendre une douche, de boire notre café, de lire les nouvelles du jour, puis de partir au travail ? Tout cela constitue un rituel. Nous avons des rites personnels, des rites militaires, des rituels religieux, des rites sociaux… Autant de rites associés à tous les aspects de l'expression humaine.

Ce que nous allons explorer dans le reste de ce chapitre, ce sont des rites qui vous aideront à honorer le monde naturel et les animaux qui l'habitent, et à vous harmoniser avec ceux-ci plus efficacement. Nous allons vous montrer comment créer des routines qui vous permettront d'observer la Nature et tout ce qu'elle héberge d'une manière qui révélera les forces supérieures à l'œuvre dans votre existence. Les rites vous aident à réveiller un amour plus grand pour toutes les manifestations de vie dans le monde.

Les rites cérémoniels stimulent l'inspiration. Leur but primordial est d'éveiller chez tous les participants une plus grande conscience de la connexion avec toutes les énergies de l'univers. Ils nous aident à comprendre que nous sommes des

microcosmes. Tout ce que nous faisons affecte tout ce qu'il y a dans l'univers, et tout ce qu'il y a dans l'univers se reflète dans notre vie. Pour atteindre ce but, vous n'avez pas besoin d'outils ou d'instruments complexes, de robes ou de temples. Cela requiert seulement une application créative de vos facultés mentales dans des directions spécifiques. En somme, rien de plus qu'un esprit ouvert, une conscience élargie et de la persévérance sont nécessaires pour obtenir des résultats.

Un rituel ou un rite cérémoniel, c'est tout ce qui est fait avec une intention, une intensité et un objectif puissants. Ils fournissent un moyen d'expérimenter plus pleinement les mondes intérieurs. Ils vous récompensent par une plus grande découverte et exploration de soi, et au bout du compte une plus grande expression de son être. Mais gardez à l'esprit que la plupart des rituels du passé ne fonctionneront plus efficacement avec l'énergie du présent. Aujourd'hui, un rite cérémoniel efficace implique l'émergence des anciennes traditions sacrées et leur harmonisation avec les influx créatifs modernes. Nous construisons sur l'ancien, mais nous y ajoutons nos propres intuitions créatrices.

Il existe de très nombreuses traditions rituelles dans lesquelles nous pouvons puiser. La plupart ont leurs propres cérémonies et rites animaliers. Les traditions kabbalistiques, égyptiennes, orphiques, celtiques, amérindiennes, macumba, africaines et d'autres sociétés chamaniques ont toutes leurs systèmes uniques de rituels. C'est toujours une bonne idée d'étudier en détail les techniques rituelles d'une tradition avant de l'adapter à vos propres objectifs. Commencez par vous familiariser avec ce que les symboles et les énergies de ces traditions étaient censés apporter. Autrement, vous risquez de vous retrouver désagréablement surpris par ce que vous aurez invoqué.

Un rite réussi – qu'il s'agisse de vous connecter avec la Nature ou les animaux, ou d'assumer n'importe quel autre but – concentre votre mémoire et l'optimise. Il vous permet d'expérimenter certaines énergies sans être submergé par elles. Et il développe votre conscience, stimule votre créativité et accroît vos degrés de confiance en général. Normalement, en trois à sept

jours, vous obtiendrez une confirmation tangible qu'il a rempli son objectif ou est en passe de le faire.

Plusieurs préalables sont nécessaires pour commencer un quelconque travail avec votre esprit totem.

1. **Apprenez-en autant que possible sur votre animal**. Je sais que j'ai déjà souvent répété cela dans ce livre, mais c'est essentiel. Lisez ce que vous pouvez sur lui. Étudiez-le. Dressez une liste de ses caractéristiques qui se distinguent le plus ou sortent de l'ordinaire. Chaque aspect de son comportement aura une signification pour vous ou pour votre vie. Il peut se montrer soit pour vous aider à réveiller et à développer ces mêmes caractéristiques, soit pour contrôler celles qui en ont besoin dans votre vie.
2. **Connaissez le but de votre rituel ou de votre méditation.** Cela devrait être fait avant de créer une méditation ou un rite cérémoniel pour s'aligner sur son esprit animal. Vous devez savoir pourquoi vous voulez vous impliquer personnellement dans cette pratique. Déterminez le(s) moment(s) et le(s) lieu(x) les plus appropriés pour l'exécuter. Souvenez-vous qu'aucun instrument spécifique n'est nécessaire pour que le rite soit efficace. Les accessoires et la vêture ne servent qu'à aider le mental à demeurer concentré sur le but, mais ils n'ont rien d'essentiel.
3. **Que vos méditations et rites animaliers restent simples.** Ils n'ont pas besoin d'être très longs pour être performants. Les rites les plus efficaces sont ceux qui n'utilisent pas d'outils et/ou de costumes complexes. Pensez seulement à ce qui est le plus confortable pour vous.
4. **Préparez les choses à l'avance.** Préparez le lieu où vous allez méditer ou exécuter votre rituel. Assurez-vous que tant l'endroit que vous-même êtes propres et nets. Utilisez des fumigations ou de l'encens pour purifier. Assurez-vous que le téléphone est coupé et que vous ne pouvez être

dérangé. Exécutez une relaxation progressive avant de commencer l'exercice ou le rite réel.

5. **Utilisez de la musique et des percussions pour renforcer la connexion.** La bonne musique peut être un puissant amplificateur pour un rituel ou une méditation, mais ce doit être une musique adaptée à l'objectif visé. Utiliser simplement de la musique pour de la musique ne fera que dissiper et atténuer l'effet voulu. Expérimentez plusieurs types de musique pour voir ce qui fonctionne le mieux avec vous.

Il se peut que vous ayez envie de créer votre propre musique ou chanson pour honorer l'esprit animal. J'ai déjà abordé cette question dans le présent ouvrage. Vous pouvez aussi constater que l'un des avantages de la pratique des rites animaliers est qu'elle établit un tel lien dynamique entre vous et l'animal qu'il pourra lui-même vous enseigner son chant ou sa musique.

L'un des outils les plus efficaces pour amplifier l'effet des rites animaliers est le tambour. C'est un instrument de base pour les chamanes. Un vrai chamane n'hérite pas des dieux, des déesses ou de quelque autre entité divine par le truchement d'une famille, d'une tradition ou d'une religion. Un chamane s'ouvre de manière que l'expression du divin – quelle que soit sa forme – soit expérimentée directement.

Le rythme est la pulsation de la vie et il affecte toutes les conditions physiques et états d'être. Pour les Amérindiens – les Américains natifs –, le battement du tambour est le battement du cœur de la terre mère. Dans le vaudou, il est utilisé de manière spécifique pour empêcher l'esprit rationnel d'intervenir au cours des rituels. Il sert à activer les énergies sexuelles et même à induire la transe.

Les schèmes rythmiques ont toujours fait partie du rituel et des pratiques curatives. Des rythmes purs et spécifiques étaient associés à des idées ou des expériences définies et des réactions physiologiques. Il y a des schémas de percussions et de rythmes pour stimuler ou calmer les

émotions ; d'autres aident à l'exploration de la conscience intérieure.

Dans de nombreuses pratiques chamaniques, le battement de tambour sert à induire un état modifié de conscience. Le participant suit ce battement et se concentre dessus comme s'il le chevauchait au cours d'un périple mythique pour gagner des niveaux de l'esprit qui, autrement, ne seraient pas aussi accessibles. Le tambour connecte les individus à des états magiques de conscience ou il jette des ponts entre les uns et les autres.

Certains sont si doués au tambour qu'ils peuvent dupliquer les rythmes de différents animaux. Il y a un rythme du serpent, un rythme du loup, un rythme du faucon… Chaque animal en a un. Et lorsque le rythme est produit, il joue sur le métabolisme de l'individu en créant un effet d'entraînement : le cœur de l'individu et son rythme métabolique se synchronisent avec le battement du tambour. Cela sert notamment pour faciliter une métamorphose, un alignement sur les forces archétypales représentées par l'animal.

Le présent texte n'a pas la capacité d'explorer toutes les complexités de l'utilisation du tambour rituel (dans la bibliographie, plusieurs références pourront vous aider à explorer davantage ce sujet). Procurez-vous un tambour ou un hochet ou faites-le vous-même. Même le frappement de deux bâtons l'un contre l'autre est un moyen de créer du rythme. Pratiquez assis et frappez lentement un rythme répétitif. Prêtez attention aux changements à l'intérieur de votre corps. Incorporez ces rythmes quand vous faites les exercices de ce chapitre. Rappelez-vous que vous utilisez simplement le rythme pour modifier vos propres rythmes physiologiques et spirituels à des fins spécifiques.

6. **Utilisez le mouvement pour établir un lien avec votre animal.** Comme nous l'avons déjà mentionné, le mouvement et la danse ont souvent été incorporés pour contribuer à aligner l'individu sur les énergies et l'essence de l'animal. Les mouvements, postures et gestes de ce dernier étaient imités. C'est particulièrement efficace quand

on pratique cinq minutes et quelques au début. C'est un moyen de faire venir l'animal à vous et même *en* vous. Alors que vous imitez ses mouvements, visualisez-vous en train de devenir l'animal ou visualisez-le se rapprochant de vous comme il le ferait avec un congénère. Puis imaginez-le se fondre en vous et prendre vie à l'intérieur de vous-même.

Prenez plaisir à exécuter ces mouvements. Regardez des programmes télévisés sur votre animal afin de voir comment il se meut. Visitez des zoos ou des parcs naturels qui l'hébergent pour, encore une fois, l'observer et être en mesure d'imiter ses mouvements. Puis montrez-vous créatif à ce propos. Créez votre propre danse de célébration de votre animal totem. Vous n'avez pas à vous limiter à ses stricts mouvements. Et sur ce sujet, vous pourrez vous reporter à mon précédent ouvrage, *The Magical Dance*, afin d'aller plus loin.

7. **Utilisez des accessoires et des outils simples.** Il ne faut vraiment pas grand-chose pour se connecter avec les pouvoirs de la Nature. Mais parfois, des accessoires comme des plumes, des images ou des costumes pourront être utilisés afin de mieux concentrer son esprit. Vous pourrez avoir envie d'explorer la conception de masques et d'en faire un pour votre esprit animal. Vous constaterez certainement que c'est très efficace à défaut d'être toujours artistique. C'est déjà, de nouveau, un bon moyen d'honorer et de vénérer l'animal. La simple création du masque – que vous l'utilisiez en final ou non – est en soi une puissante méditation d'harmonisation.

   Certaines personnes se créent des robes sur lesquelles elles peignent leur esprit animal. Certains utilisent des peintures pour le visage ou le corps et se griment à l'image de leur animal – au moins en se peignant ses traits et marques les plus distinctifs – avant de procéder aux méditations ou rites permettant de se concentrer sur les énergies et de focaliser son attention. Mais encore une fois,

vous n'avez nul besoin de déployer une telle mise en scène complexe pour vous connecter avec vos totems. Cela peut être drôle de le faire de temps en temps, et si vous vous sentez tenté de l'expérimenter, allez-y. C'est particulièrement efficace en conjonction avec la danse et le chant. Cela fonctionne aussi comme un puissant amplificateur de la technique de métamorphose décrite plus loin dans ce chapitre.

Rappels particuliers

1. Les animaux (et leurs énergies) avec lesquels vous travaillez se trouvent tous en vous. Toutes les énergies présentes dans l'univers vivent en vous.
2. Les animaux et les énergies qui leur sont associées s'expriment à travers vous et dans votre vie. En méditant et en utilisant les rites animaliers pour vous aligner sur les créatures animales, vous devenez vous-même le point focal de manifestation. Soyez certain que si vous méditez et créez des rites pour vous connecter avec les animaux, vous ferez l'expérience de leurs énergies quelque part dans votre vie. Au départ, vous allez probablement avoir besoin de vous montrer un peu plus observateur pour bien percevoir ces points de manifestation. En développant votre connexion avec votre esprit animal, vous développerez des manières de contrôler où et quand ces énergies se manifestent.
3. Lorsque vous commencerez à développer votre relation avec les animaux et leurs énergies, vous ferez forcément des essais infructueux et des erreurs. Comme dans n'importe quelle relation, celle-ci aura aussi des limites. Identifier votre animal de pouvoir ne signifie pas qu'il sera efficace de l'utiliser dans toutes les circonstances de votre vie.
4. Dès que vous obtiendrez des résultats visibles, vous ressentirez une envie pressante de partager cette nouvelle

connexion et la joie afférente. C'est naturel. Mais c'est aussi, généralement, votre premier test au regard de la mise en œuvre de votre relation active avec l'animal. La discrétion et le discernement sont essentiels. Montrez-vous très prudent quant aux personnes avec qui vous partagerez vos expériences. Certaines peuvent créer des barrières et nuancer ce qui devrait être une joyeuse expérience personnelle.

5. La préparation est toujours essentielle. Familiarisez-vous totalement avec l'animal, ses symboles, ses qualités et énergies. Apprenez tout ce que vous pouvez sur ses mythes, ses traditions, sa science, et gardez l'esprit ouvert. Si vous trouvez que l'énergie est inconfortable ou trop intense, rompez la connexion. Rappelez-vous que c'est une relation que vous êtes en train d'établir et dans toutes relations, on doit apprendre les limites de l'autre.
6. En vous connectant à un aspect de la Nature, vous vous ouvrez automatiquement aux autres. Et en vous connectant à un animal, les autres vont se manifester dans votre vie, en se faisant connaître. Cela nous rappelle que toutes les choses, tous les animaux et tous les humains sont connectés. C'est un des bénéfices merveilleux de l'apprentissage du langage animal.

Exercice 1 : Créer un dictionnaire du langage animal

Pour certains, cela pourra ressembler davantage à un travail qu'à un rite. C'est pourtant une manière puissante de commencer à s'harmoniser avec les animaux. Depuis des temps immémoriaux, les gens ont cherché à imiter les sons d'animaux. Les ornithologues ont souvent essayé de décrire et de cataloguer les cris d'oiseaux.

Corbeau : Croa, Croa, Croa.

Coq : Cocorico

Canard : Coin-coin-coin

Chouette : Hou-hooou, Hou-hooou

Pigeon : Rrrrouu-rrrrouuu.

Dindon : Glou-glou

Coucou : Cou-cou, cou-cou.

Tous ceux qui ont eu des animaux domestiques savent que ceux-ci nous parlent constamment. Leurs mouvements, leurs postures et même leurs vocalisations nous adressent une grande variété de messages. Ils se frottent contre nos jambes, aboient, ronronnent, montrent les dents quand ils sont menacés, se couchent quand ils ont peur et lèchent pour témoigner leur affection. À notre tour, nous communiquons avec les animaux en leur apprenant à faire certaines choses. Nous pouvons agiter bruyamment des croquettes dans un bol pour les appeler. Nous leur parlons doucement quand nous voulons nous-mêmes montrer notre affection, ou plus durement si nous sommes contrariés.

Pour comprendre les animaux, vous devez être capables d'interpréter leur langage. Celui de chaque animal est différent de l'autre. Certains messages sont communs à tous ; ce sont souvent ceux qui ont trait à la survie. Les postures et les sons menaçants sont les plus communs. Tous les animaux les utilisent à un certain degré. Nous devons garder cela à l'esprit quand nous apprenons à parler leur langage.

Nous devons aussi ne jamais oublier que les animaux communiquent tant avec d'autres qu'avec les humains. Parfois les communications sont différentes. Et parfois il nous faut interpréter le langage un peu plus symboliquement. De nombreux mythes de la Création évoquent une époque où les animaux et les hommes parlaient le même langage. Mais ce temps a passé. Nous avons oublié, donc nous devons réapprendre. Pour les Amérindiens, faire attention au nombre de corbeaux présents, au nombre de ceux qui croassent et à ce qu'ils font avant et après sont autant de choses qui véhiculent de grandes significations.

Si vous voulez apprendre la langue des animaux, vous devez développer un nouveau vocabulaire. C'est là que l'élaboration

d'un dictionnaire intervient. Cela peut se faire tant pour les animaux sauvages que pour les animaux domestiques. Mais pour la plupart des gens, commencer avec ces derniers sera plus simple.

1. Choisissez un animal. Ne travaillez qu'avec un seul à la fois et accordez-vous un moment spécifique pour vous concentrer dessus. Il peut s'agir simplement d'une semaine ou deux. Certains préféreront néanmoins consacrer un mois entier à l'observation de l'animal. Voyez ce qui fonctionne le mieux pour vous.
2. Dédiez un carnet de notes ou un journal à votre animal. Lisez tout ce que vous pouvez à son propos. Regardez des programmes télévisés qui lui sont consacrés. Et le plus important : prenez le temps d'observer directement ses activités par vous-même. Mais, bien entendu, il vous sera quasiment impossible de le faire avec certaines espèces d'animaux sauvages. La plupart des gens n'ont pas accès aux animaux dans la Nature et n'ont pas la possibilité de les observer dans leur environnement. Mais même dans un cadre urbain, vous aurez des opportunités avec les animaux les plus communs. Commencez avec ceux que vous voyez le plus fréquemment : oiseaux, écureuils, animaux domestiques en tout genre…
3. Prenez des notes sur les sons, mouvements et comportements que vous observez. Et ce faisant, écrivez aussi ce qu'ils signifient à votre avis. Certains seront évidents, mais d'autres pas. Vous devriez pouvoir envisager au moins deux interprétations possibles. Par exemple, vous pouvez essayer d'expliquer ce que le mouvement ou le son peut signifier pour d'autres animaux (surtout ceux appartenant à la même espèce que celui observé). Et par ailleurs, vous pouvez tenter d'interpréter ce qu'ils signifient pour vous. Couchez sur le papier toutes les possibilités, même si elles vous paraissent très éloignées de la réalité.
4. Prêtez une attention particulière aux sons ou activités qui

interviennent quand vous êtes à proximité de l'animal ou que vous vous approchez de lui. Sont-ils différents de ceux que vous constatez quand vous vous trouvez à distance ? Essayez d'imiter les sons et mouvements de l'animal. Comment ce dernier réagit-il ? Notez absolument tout ce qui se passe.

5. Puis soyez très attentif à ce qui se passe dans votre vie peu après vos observations ou vos contacts avec l'animal. Faites le point à la fin de la journée. Est-ce que certaines attitudes de l'animal reflètent un type d'expériences que vous avez pu faire au cours de cette journée ? Pouvez-vous trouver des parallèles ? Observez tout cela sur une période de 24 heures. N'ayez pas peur d'exagérer quelque peu les correspondances. Cela vous aidera à reconnaître les nuances subtiles de vos échanges avec l'animal.

Quand vous êtes confronté aux mêmes sons ou comportements, faites-vous les mêmes expériences que celles que vous avez remarquées la fois précédente ? Rappelez-vous que, par ce processus, vous commencez à développer des paramètres qui vont vous permettre de comprendre les communications spécifiques émanant de l'animal. Vous pourrez vous dire : « Bon, les deux dernières fois que j'ai vu l'écureuil agir de cette manière, voilà ce qui s'est passé… Donc il y a une bonne probabilité pour que cela se passe de nouveau ainsi. »

À mesure que vous créez votre dictionnaire, vous développez une plus grande aptitude à comprendre les animaux dans le monde qui vous entoure. Votre dictionnaire va vous permettre de traduire la signification des sons et des mouvements des animaux que vous croisez.

Plus vous travaillez cela, plus c'est facile. En à peine une année, vous pouvez poser les fondations solides du langage d'un certain nombre d'animaux. Vous allez constituer un vocabulaire de débutant. Et vous allez aussi constater qu'il vous est plus aisé de comprendre et d'interpréter certains animaux que d'autres. Parfois, ces animaux servent de catalyseurs et vous aident à

comprendre que la capacité d'apprendre le langage animal est intrinsèque. Tout le monde possède cette aptitude.

Exercice 2 : Envols de l'imagination

Les animaux stimulent l'imagination. Ils touchent et réveillent les aspects les plus profonds de nous-mêmes, si enfouis parfois que nous les avons oubliés. L'un des rites les plus merveilleux à exécuter sur une base régulière pour renforcer et entretenir l'harmonisation consiste à concevoir une méditation imaginative intégrant votre animal. Cette pratique est particulièrement bénéfique quand on s'en sert de prélude à l'exercice de danse décrit dans le prochain chapitre. Ce peut être également une excellente préparation pour des techniques de métamorphose plus puissantes, telles que celles que j'évoquerai plus loin dans le présent chapitre.

Ce type de rite libère les émotions et nous aide à dépasser nos blocages mentaux ordinaires. Il contribue aussi à dénouer le canevas primordial, essentiel, au sens littéral, de notre énergie, cette partie du subconscient qui répond à la Nature et la comprend. En outre, c'est une pratique parfaitement relaxante qui soulage le stress. Elle stimule la créativité et invite à une relation plus intime avec la Nature sous toutes ses formes.

1. Choisissez un animal. Ce peut être n'importe lequel. En réalité, il est bon de faire cet exercice avec l'animal qui vous attire à cet instant précis. Et il n'a pas besoin d'être l'un de vos animaux totems.
2. Faites quelques lectures préliminaires sur l'animal, ses habitats et ses comportements. Il n'est pas nécessaire d'avoir une connaissance détaillée de ses moindres aspects. Il faut simplement que vous soyez suffisamment familier avec lui pour le visualiser clairement dans votre esprit.
3. Choisissez un moment où vous ne serez pas dérangé. Assurez-vous que le téléphone est éteint. Si possible,

pratiquez cet exercice à l'extérieur.

4. Fermez les yeux et prenez quelques inspirations profondes. Entamez une relaxation lente et progressive. Concentrez-vous sur chaque partie de votre corps, en commençant par les pieds et en remontant jusqu'au sommet du crâne. Envoyez tour à tour des sensations chaudes, réconfortantes et relaxantes dans chaque partie de votre corps.
5. Imaginez que vous êtes l'animal. Si c'est un oiseau, visualisez-vous avec de longues chevilles, un nez et une bouche se rejoignant pour former un bec. Vos yeux sont répartis de chaque côté de votre tête et vous avez le corps couvert de plumes. Si c'est un mammifère, voyez-vous couvert de fourrure.

   Les champs, les bois, les montagnes et les forêts sont votre territoire. Alors que vous vous imaginez sous cette forme, une envie pressante de sortir s'empare de vous. Vos sens sont aiguisés. Vous sentez de fortes fragrances qu'en temps normal vous n'auriez pas remarquées. Votre regard est acéré et vos oreilles détectent les sons les plus infimes. C'est comme si tous vos sens étaient amplifiés.

   Maintenant, visualisez-vous dans votre environnement naturel. Que vous soyez en train de courir ou de voler, vos mouvements vous font vous sentir fort et vivant. Vous ne vous êtes jamais senti autant en vie. Alors que tous vos muscles s'étirent et fonctionnent, vous avez l'impression d'être de plus en plus fort, de plus en plus vivant. Puis vous vous voyez en train de ralentir, jusqu'à vous immobiliser ou à vous percher quelque part. Là encore, vos sens sont aiguisés, actifs. Vous vous sentez plus vivant que vous ne l'avez été depuis fort longtemps.

   Respirez alors profondément et lentement. Vous êtes de plus en plus détendu. Votre respiration est régulière, apaisée. Et vous sentez votre corps se retransformer pour revenir à son point de départ. Les plumes redeviennent les vêtements que vous portez. Au lieu d'être dans une forêt ou un champ,

ou au sommet d'une montagne, vous vous retrouvez sur le siège sur lequel vous étiez assis au départ. Si l'image visualisée s'évanouit, l'énergie, la force et l'équilibre demeurent en vous.

On pourra recourir avec autant d'efficacité à une variante de cet exercice. Au lieu de vous visualiser en train de vous métamorphoser, il va sera bénéfique de voir l'animal s'approcher de vous. Ce faisant, il vous invite à grimper sur son dos. Imaginez-vous simplement d'une taille adaptée pour le chevaucher afin qu'il vous promène dans son environnement pour vous montrer ce qu'il ressent, fait et expérimente chaque jour de sa vie. Imaginez ce que cela peut faire de chevaucher l'animal que vous avez choisi, ou de voler avec lui.

Laissez libre cours à votre imagination. Ne cherchez pas à la brider d'une quelconque manière. Ne vous inquiétez pas davantage du fait que ce que vous imaginez soit ou non une qualité ou un aspect réels de l'animal. Ce rite est fait pour libérer vos facultés d'imagination afin que vous puissiez accéder à ces niveaux de l'esprit qui faciliteront votre compréhension du langage animal et votre capacité à le parler.

Exercice 3 : Le rite du don

Le don est une manière simple d'exprimer de la gratitude en toute occasion de partage avec la Nature. Fondamentalement, c'est un acte d'équilibre. Si vous prenez quelque chose, vous donnez autre chose en retour. Ce que vous donnez peut avoir la forme d'un don réel, mais ce peut être aussi simplement de votre temps. C'est un moyen d'honorer ce que vous êtes en train de chercher à comprendre. C'est particulièrement important quand vous étudiez la Nature et ses animaux et que vous faites des rencontres réelles – que ce soit dans des zones boisées, dans un parc ou dans votre jardin. Pour tous ceux qui veulent apprendre le langage animal, les visites régulières des environnements naturels vont devenir essentielles.

Les Amérindiens offrent du tabac à la terre ou aux animaux en

le déposant dans la Nature. Pour eux, le tabac est sacré et a une grande signification. Quand vous marquez la rencontre par un don, celui-ci adresse à l'ensemble de la Nature le message que vous êtes réceptif et respectueux. Cela facilite de futures rencontres.

Le don est un moyen de réveiller un plus grand élan de gratitude *dans* sa vie et *pour* la vie. Il est très important de le faire sous une quelconque forme quand vous êtes dehors, dans la nature, et que vous êtes spécifiquement en train d'observer et d'étudier un aspect de celle-ci et/ou notamment un animal. Par exemple, si vous avez un lieu déterminé pour vos observations, cherchez un don à faire quand vous êtes sur le point de partir. Ce peut être un grand nombre de choses : un gland, une pierre de couleur, un cristal, une feuille particulière, une fleur qui a une signification spéciale pour vous, des herbes sèches ou n'importe quel objet naturel. Ce dernier point est particulièrement important pour qu'il puisse s'intégrer à la Nature et qu'il ne vienne troubler ou détruire la beauté intrinsèque de l'endroit. En ce qui me concerne, je laisse une fleur, souvent un bouton de rose, ou un petit éclat de cristal.

Ce rite du don complète le cercle. La Nature vous donne et vous recevez. Et alors, vous redonnez à la Nature et elle reçoit. C'est un rite puissant. Il ne requiert aucune prière ni activité sophistiquée, aucune cérémonie formalisée. C'est simplement un rite circulaire de don.

Dans les situations où vous avez pu observer des animaux dans un environnement « artificiel » – zoo, maison de la nature… –, il est possible que vous ne soyez pas en mesure de laisser un don tangible dans ce lieu. De tels environnements sont très contrôlés en matière de sécurité et de bien-être des animaux et des visiteurs. Dans de tels cas, un don pécuniaire au centre sera parfaitement idoine. Il aidera à promouvoir le bien-être de tout l'environnement et de ses occupants. Et si c'est un endroit où vous venez fréquemment observer les animaux, vous pourrez aussi donner de votre temps comme bénévole. De cette manière, vous restituez, et ainsi le cercle est refermé.

Il n'est pas juste de croire que vous pouvez visiter et observer sans permission, surtout dans les environnements naturels. C'est toujours une bonne idée de demander – au moins mentalement – à l'environnement et aux animaux qui l'habitent la permission de les observer avant de se mettre en position de le faire. Cela contribue à construire un plus grand respect mutuel. Ainsi, vous êtes moins enclin à prendre la Nature ou l'expérience à y vivre comme un fait acquis. Et cela rend cette dernière plus signifiante.

Quelques idées pour rendre le don plus efficace

1. Revenez toujours dans le même endroit de la Nature afin de pouvoir construire une vraie relation avec cette partie de l'environnement. Mais vous n'êtes pas obligé de vous limiter à ce lieu.
2. Au terme de votre visite, laissez un don en l'accompagnant d'un « merci » mental pour l'expérience vécue et pour ce que vous avez pu observer. Vous pouvez même demander mentalement l'autorisation de revenir plus tard.
3. Que vos dons restent simples et naturels afin de ne pas perturber la qualité intrinsèque de l'environnement naturel.
4. C'est une bonne idée de vous munir d'un sac en plastique pour les déchets chaque fois que vous sortez dans un environnement naturel. Ramassez tous les déchets, ordures et autres formes de détritus que vous pouvez croiser. Cela manifeste votre respect et la Nature vous donnera quelque chose en retour.
5. Visitez les sites en divers moments de l'année et sur des durées différentes. Prenez des notes sur l'activité animale, la vie des plantes et autres éléments naturels du même ordre dans cet espace. À la fin de votre visite, juste avant de partir, faites un don.
6. Recevoir fait partie du cercle du don. Pratiquez en restant assis tranquillement et en observant. Prenez des notes, mais ne parlez pas. Écoutez, sentez et regardez ce que la Nature vous donne. Vous pouvez même avoir envie de vous visualiser comme faisant partie intégrante de cet

environnement, connecté à celui-ci, enraciné dans la terre et poussant de celle-ci. Plus vous vous sentez connecté à la terre, plus vous recevez facilement d'elle.

7. Tous vos mouvements doivent être lents. Rappelez-vous que la Nature est très méfiante à l'endroit de la vie humaine, donc une relation de confiance peine parfois à s'établir. Des mouvements lents qui ne surprennent pas ou n'effrayent pas sont des dons que vous pouvez offrir à l'animal. Il se sentira de ce fait plus à l'aise. Après tout, vous n'aimeriez pas que quelqu'un entre chez vous et perturbe votre vie. C'est un « don » de respect – simple mais efficace.
8. Alors que vous apprenez à vous « naturaliser », à vous sentir devenir une partie de la Nature, la faune, les insectes, les oiseaux vous acceptent de plus en plus comme faisant partie de leur espace vital. Quand ils font cela, ils vous font don de davantage encore de leur activité et s'approchent plus de vous.

Exercice 4 : Rites de danse et danses rituelles

Il existe de nombreuses manières d'utiliser la danse pour honorer et se connecter aux animaux et à d'autres aspects de la Nature. Ce livre ne peut les traiter toutes, mais il peut susciter différentes idées que vous récupérerez et développerez par vous-même. De nombreux peuples du monde entier ont des danses pour honorer les animaux. Des costumes – simples ou élaborés – sont utilisés partout pour éveiller chez l'individu l'expérience des énergies des animaux.

Danser pour ces derniers est une façon de les honorer et d'activer de manière spectaculaire leurs énergies dans votre vie. L'une des formes les plus communes de danse sacrée était l'imitation de la Nature et de la vie en son sein. Les individus exécutaient la danse d'un animal pour s'aligner sur son pouvoir et le manifester dans leur vie. C'est une puissante technique à utiliser conjointement aux exercices de métamorphose décrits

plus loin dans ce chapitre. Par la danse, nous pouvons modifier notre énergie pour lui faire adopter une forme semblable à celle de notre animal totem.

Pour comprendre comment cela fonctionne, vous devez comprendre le corps humain. C'est un système énergétique, électromagnétique et biochimique complexe. L'étude des impulsions électriques associées aux mouvements musculaires fait partie de la kinésiologie. Quand nous bougeons ou dansons en imitant l'animal, nous contribuons à ajuster la fréquence électrique de notre corps sur une fréquence semblable à celle de l'animal. Nous créons de la résonance.

Pour que ce soit encore plus efficace, nous devons étudier très attentivement l'animal concerné. Regardez bien comment il bouge, comment il se déplace, quelle posture il adopte à l'arrêt. Comment tient-il sa tête ? Comment place-t-il ses pieds ou pattes quand il avance ? Entraînez-vous à imiter ces mêmes postures et mouvements. Ils seront au cœur de votre danse. Moyennant quoi, ils n'ont pas besoin d'être longs ou développés excessivement. Si c'est fait correctement, quelques minutes suffisent à invoquer l'énergie de l'animal dans votre vie.

La danse qui suit est efficace avec n'importe quel animal. Ses mouvements vont vous guider dans l'imitation de l'animal et de ses énergies, et les attirer symboliquement dans votre vie. Elle s'effectue avec de simples mouvements circulaires combinés à des postures et mouvements de base de votre animal totem.

1. Commencez par rechercher votre totem en vous concentrant sur trois ou quatre de ses mouvements ou postures basiques et qui reflètent le plus ses énergies.
2. Entraînez-vous à imiter ses mouvements.
3. Choisissez une pièce ou dégagez le centre d'une pièce pour avoir l'espace adéquat pour vous déplacer. Préparez-la avec de l'encens, ou quelques images ou symboles associés à votre totem.
4. Choisissez de la musique ou dotez-vous d'un tambour pour en jouer. Vous pouvez même préférer que quelqu'un batte

du tambour pour vous. Au départ, adoptez un battement lent et régulier. Un rythme à deux temps est facile à exécuter et imite le rythme régulier du cœur. Le premier temps est frappé un peu fort que le second.

5. Commencez la danse en délimitant un espace sacré. Cela est accompli en un mouvement circulaire (voyez le diagramme page suivante). Cela crée un espace sacré dans l'esprit, un lieu entre les mondes – un point dans lequel le subtil et le tangible peuvent se croiser et se toucher. Un mouvement circulaire est une manière dynamique de débuter tout rituel de danse. Tournez autour de l'espace de danse au moins une fois dans le sens du soleil (je recommande de faire trois tours complets dans la mesure où trois est le nom de la naissance et de la création).

Un simple pas talon-pointe est facile à exécuter. Si vous utilisez un rythme de tambour basique à deux temps, au premier coup (le plus fort), pointez le bout de votre pied vers le bas, puis, au second coup (le plus faible), plantez votre talon.

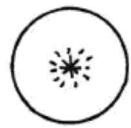
6. Restez concentré sur le centre du cercle. Toute danse est une série de mouvements exécutés autour d'un point central. Le mouvement dans le cercle et votre concentration sur son centre ajoutent de l'énergie à votre but. Focalisez-vous sur la prise de conscience que vous êtes en train de réveiller et invitez l'énergie de l'esprit animal dans le cercle.

DIAGRAMME POUR LES RITES DE DANSE

1. Créez votre espace sacré en dansant en cercle dans le sens des aiguilles d'une montre. Cela va vous permettre de faire plus pleinement l'expérience des énergies en vous ouvrant à celles-ci.

2. Maintenant, progressez en spirale vers le centre – le point où vous allez pouvoir rencontrer les forces de l'animal.

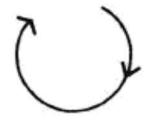
3. Puis exécutez vos mouvements, en imitant l'animal. Voyez-vous comme étant l'animal et visualisez et sentez ses énergies s'animant en vous.



4. Ensuite, dans le sens contraire des aiguilles d'une montre, repartez en spirale vers l'extérieur du cercle, en revenant en vous-même, mais avec l'énergie de l'animal.

5. Dansez lentement sur la circonférence du cercle, toujours dans le sens contraire des aiguilles d'une montre, pour dissiper son énergie. Faites le même

nombre de révolutions que pour la phase 1 ci-dessus.



7. Maintenant, commencez à progresser lentement en spirale vers le centre du cercle. Vous pouvez même visualiser que vous marchez ou dansez dans l'environnement naturel de l'animal. Imaginez jusqu'à en avoir la certitude que plus vous vous rapprochez du centre, plus vous vous rapprochez des énergies archétypales représentées par le totem.
8. Une fois au centre du cercle, faites une pause et fermez les yeux. Imaginez l'animal autour de vous. Sentez ses énergies et son essence. Mettez-vous alors à imiter ses mouvements et ses postures. Voyez-vous comme étant l'animal vous-même. Imaginez et sentez encore ses énergies s'animer en vous.
9. Au bout de quelques minutes, ou quand vous sentez ses énergies vibrer en vous, faites une nouvelle pause au centre. Ayez conscience que l'animal est en vous et que vous pouvez maintenant l'invoquer et le faire se manifester quand vous en avez besoin. Recommencez alors lentement la danse en repartant en spirale vers l'extérieur du cercle. Cette fois, vous tournez dans le sens contraire des aiguilles d'une montre. À mesure que vous évoluez en escargot vers l'extérieur, visualisez-vous en train de ramener l'essence de l'animal avec vous. Imaginez et visualisez comment les énergies de l'animal vont vous aider dans les jours à venir. Voyez-les être bénéfiques dans autant de situations spécifiques que vous pouvez.

10. Quand vous atteignez la circonférence du cercle, dansez sur le périmètre en continuant dans le sens contraire des aiguilles d'une montre. Ce mouvement va fermer et dissoudre l'espace sacré. Faites autant de révolutions que vous en avez fait au départ dans le sens inverse pour créer le cercle. Restez bien conscient d'avoir manifesté des énergies de l'animal totem qui vont rester avec vous. Rappelez-vous que cela vous confère une responsabilité et honorez-la.

Exercice 5 : Apprendre l'art de la métamorphose

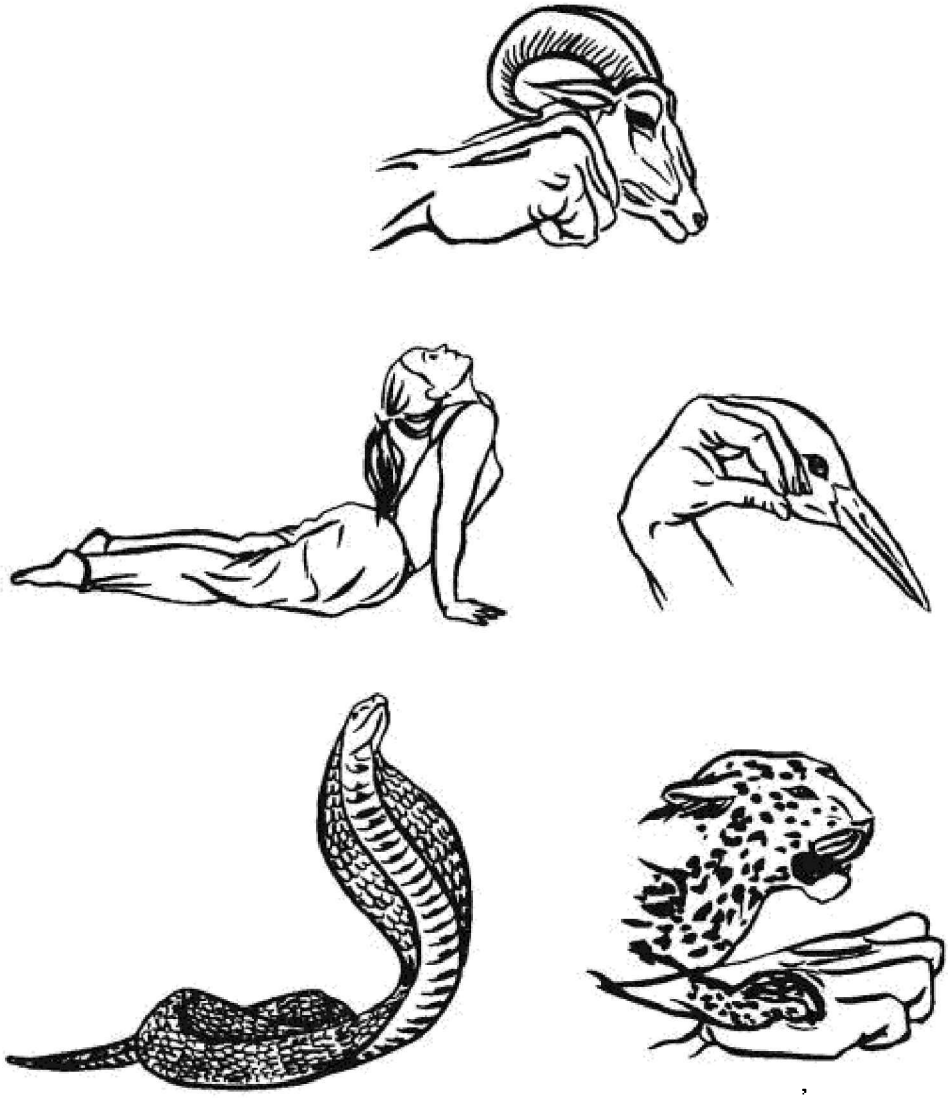
Dans les tout premiers temps de l'évolution de l'humanité, avant de nous être fermement fixés dans une forme physique, nous pouvions probablement modifier nos formes. Quand le corps était moins dense, nous étions assurément capables de nous métamorphoser. Aujourd'hui, pour y parvenir, nous devons recourir à la faculté de l'imagination.

La métamorphose est pourtant naturelle pour l'ensemble de l'humanité. Ce n'est pas seulement se transformer en un animal. Chaque jour, à un quelconque degré, nous modifions et/ou déplaçons nos énergies pour faire face à nos défis, responsabilités et obligations de l'existence. Nous apprenons très tôt dans nos vies quand sourire, quand être sérieux, quand nous montrer désolés, et en somme comment endosser tout un tas de personnalités selon les circonstances.

La métamorphose, ce n'est pas seulement se transformer en animal, comme c'est souvent raconté dans les anciens mythes et contes. La plupart des récits de métamorphose étaient symboliques ou reflétaient un temps dans l'évolution humaine où nous n'étions pas autant ancrés dans le physique. La métamorphose est une question de contrôle et de mise en forme de nos énergies pour nous conformer aux nécessités de l'instant – être capable de mobiliser les qualités et énergies nécessaires.

Quiconque est capable de se discipliner pour atteindre un but est un *métamorphe*. Si vous pouvez vous adapter et vous

changer, que ce soit plaisant ou non, vous êtes un métamorphe. Si vous pouvez transformer une humeur noire en une humeur joyeuse, vous êtes un métamorphe. Si vous pouvez ajuster vos comportements pour vous connecter à une grande variété d'individus ou de conditions de vie, alors, encore une fois, vous êtes un métamorphe.



Exemples de postures pour aider à la métamorphose

C'est cette sorte de métamorphose que nous pouvons tous développer au plus haut point. Nous pouvons apprendre à aligner nos énergies sur celles qui ressemblent à celles d'un animal totem particulier, et à les manifester avec profit dans nos vies. Quand nous pouvons faire cela, nous commençons à comprendre qu'il y a vraiment de la magie dans le monde.

Aujourd'hui, l'essentiel de la magie prend place dans le mental à un degré de perception différent. Mais ça ne la rend pas moins réelle ou utile dans nos vies. Quand nous acceptons cela, nous sommes en bonne voie pour devenir un vrai magicien. Avec de la pratique, vous pouvez apprendre à renforcer votre faculté d'imagination, et apprendre consciemment à la contrôler et à la métamorphoser à votre guise. Quand nous changeons nos rêves, nous changeons le monde. Nous pouvons apprendre à métamorphoser l'imagination de manière que, quel que soit le but visé, nous devenions nous-même la « forme ».

C'est très exactement ce que cet exercice va contribuer à vous enseigner. Ce n'est qu'un commencement et il ne vous permettra pas de devenir un maître métamorphe. Il vous aidera à développer et à renforcer votre faculté imaginative, et vous assistera quand vous vous efforcerez de vous harmoniser avec les énergies et qualités de votre esprit animal que vous désirez et de les manifester.

Pour être un bon métamorphe, vous devez maîtriser l'art de l'observation. Vous ne pouvez pas vous métamorphoser en oiseau – même mentalement – si vous ne savez pas comment fonctionne le corps d'un oiseau. Commencez par examiner deux ou trois formes ou postures de base de votre animal. Étudiez ses comportements et prenez des notes. Imitez ses mouvements et ses sons. Entamez le processus en vous imaginant comme faisant partie intégrante de l'animal. Pensez à ce que cela ferait d'être l'animal. À quoi cela ressemblerait-il ?

Vous pouvez bien évidemment vous aider à opérer les transformations en incorporant à la pratique des danses et/ou des déguisements de l'animal. Les grandes lignes ci-dessous incluent des éléments des rites de danse abordés plus haut, en les

développant. Pour en renforcer l'effet, vous pouvez le revoir au préalable.

1. Pour cet exercice, vous devez *impérativement* préserver votre intimité. Pas de téléphone et pas d'interruption.
2. Commencez l'exercice en délimitant l'espace sacré circulaire par la danse, tel que l'enseigne l'exercice précédent. Puis entamez votre déplacement en spirale vers le centre. Vous pouvez très bien avoir envie de placer un siège ou un coussin au centre pour vous asseoir dessus.
3. Quand vous avez atteint le centre, faites une pause. Imaginez et sentez l'énergie informe de l'esprit animal autour de vous. Maintenant, commencez les mouvements et postures associés à votre totem. En prenant la posture et en avançant dans le cercle intérieur en imitant l'animal, ressentez son énergie qui s'amplifie en vous et autour de vous.
4. Maintenant, adoptez une position assise et, dans votre esprit, formez l'image de votre animal. Voyez-la se construire et croître dans la zone de votre plexus solaire. Visualisez-la mentalement se former concrètement, devant vous, toujours au niveau du plexus solaire.
5. Quand vous parvenez à l'imaginer complètement devant vous, visualisez-la en train de se faire absorber dans votre corps par la région du plexus solaire. Intégrez toute son essence en vous par l'intermédiaire de ce centre.
6. Ensuite, commencez par les pieds ou les mains. Sentez-les se mettre à changer. Imaginez et sentez se former les griffes, serres ou pattes. Là où il y avait votre peau, imaginez des plumes ou de la fourrure se développer. Laissez les changements intervenir lentement et remonter votre corps. La métamorphose doit s'achever par la tête. Cela vous aidera à garder le contrôle jusqu'au bout.
7. Alors que vous vous imaginez en train de vous transformer, visualisez également une porte se formant devant vous ; une porte sur laquelle est gravée une

représentation de l'animal que vous devenez. C'est un passage vers le monde intérieur. Il est plus facile de maintenir la forme à des niveaux intérieurs que dans le monde physique extérieur. Donc voyez-la s'ouvrir. Puis franchissez-la sous la forme de l'animal.

8. En préalable, vous imaginez tout ce que vous voudriez expérimenter dans la peau de cet animal. Finalement, l'expérience va commencer. Elle va prendre la forme d'un rêve très réaliste. Vous n'allez pas vous regarder en train de faire quelque chose ; vous allez vivre l'expérience.
9. De l'autre côté de la porte, vous pouvez avoir envie d'explorer l'environnement de l'animal. Vous pouvez utiliser la forme animale pour voyager de l'intériorité vers l'extériorité – par exemple, aller voir des personnes, aller dans le passé ou dans le futur… Vous êtes l'animal.
10. Au bout d'un moment, imaginez-vous retraversant la porte en sens inverse et la refermant bien derrière vous. Puis, lentement, votre corps recommence à changer en partant de la tête. La fourrure/plumage redevient votre peau. Ne précipitez pas la transformation. Quand elle est achevée, laissez l'image de l'animal quitter votre corps, de nouveau en passant par le plexus solaire. Imaginez-la revenue totalement hors de vous. Puis laissez cette image se dissoudre lentement jusqu'à ne plus être qu'une énergie informe vous enveloppant au centre de votre cercle.
11. Ouvrez lentement les yeux et levez-vous (si vous ne l'étiez déjà). Exécutez plusieurs mouvements de l'animal en guise d'hommage et de remerciement à l'endroit de l'esprit de l'animal. Puis entamez le lent mouvement en spirale dans le sens contraire des aiguilles d'une montre vers la périphérie du cercle. Visualisez l'énergie se dissiper à son tour à mesure que vous évoluez vers la circonférence.
12. Dissolvez l'espace sacré en vous visualisant pleinement ancré et équilibré alors que vous formez en dansant le tour extérieur du cercle, toujours dans le sens contraire du

soleil. Utilisez le même nombre de révolutions qu'au moment de la création de l'espace sacré.

En exécutant cet exercice ou d'autres du même ordre, il y a des précautions ou des considérations à respecter. Si vous trouvez que votre esprit est dispersé ou trop chamboulé au cours de la journée suivante, arrêtez cette activité. Si vous remarquez – ou que d'autres autour de vous – des changements dans votre personnalité, arrêtez immédiatement l'exercice. Ce type d'exercice ne doit pas être pratiqué trop souvent.

Certaines personnes qui n'ont jamais médité de leur vie ni œuvré à contrôler leurs énergies veulent, brutalement, faire le grand saut et apprendre à « se métamorphoser ». Bien évidemment, cela peut créer des problèmes. Si vous vous retrouvez à foncer chez vous pour pratiquer un exercice de métamorphose ou à négliger d'autres aspects importants de votre vie, arrêtez immédiatement. Cela crée un déséquilibre.

Faites preuve de flexibilité dans la mise en œuvre des étapes ci-dessus. Adaptez-les et expérimentez-les. La danse et la métamorphose sont deux processus créatifs. Pour qu'ils deviennent vraiment magiques, vous devez appliquer vos propres imagination et intuition créatrices.

Comme vous allez le constater, les effets de n'importe quelle danse rituelle sont rarement subtils. Attendez-vous parfois à des réactions et des manifestations physiques spectaculaires. Vous pouvez vouloir attendre d'être un grand connaisseur des états modifiés de conscience avant de tenter d'endosser les caractéristiques du totem par la métamorphose. Tant que ce n'est pas le cas, avancez très lentement.

Même si le métamorphe peut ne pas changer physiquement pour des observateurs extérieurs, intérieurement, il est fort possible qu'il subisse une transformation majeure et pense qu'elle a une répercussion physique. Il ne faut pas prendre cet élément à la légère ni l'ignorer. Il faut du temps et de l'attention pour assimiler et équilibrer les énergies invoquées par la métamorphose.

Pour le débutant, il est préférable de travailler avec des mouvements et des postures simples. Surtout, *utilisez toujours la porte !* De cette manière, même si vous deviez vous perdre momentanément au cours de la transformation, vous aurez déjà entraîné votre esprit à utiliser cette porte pour amorcer le processus de retour.

Certains peuvent avoir envie d'essayer des danses extatiques, des danses de transe, pour faciliter leur transformation. Si vous n'êtes pas certain de votre aptitude à contrôler et à manœuvrer la transformation, abstenez-vous de le faire. Aucun danseur ou métamorphe ne devrait jamais aller jusqu'à l'épuisement. C'est extrêmement malsain, mauvais pour la santé, et nuisible pour tout le système énergétique de l'individu.

De nombreuses techniques chamaniques utilisent des tambours pour provoquer l'état modifié de conscience et faciliter la métamorphose. À plusieurs, on peut se servir du tambour pour ramener l'individu dans la réalité. Une technique de tambour consiste à ralentir le rythme cardiaque jusqu'à un *tempo* lent, puis à réintensifier le battement afin de libérer la conscience et faciliter la transition. Inverser ensuite le processus et revenir d'un rythme effréné au battement régulier du cœur ramènera la conscience à la normale. C'est particulièrement efficace parce qu'ainsi, l'individu ne passe pas trop abruptement d'un état modifié profond à une conscience normale.

Prendre les mains de l'individu et pratiquer ensemble une respiration profonde aide à le ré-ancrer dans la réalité. Masser les pieds pour ouvrir et activer les chakras qui nous reconnectent à la terre est aussi une technique bénéfique. Adopter une posture assise ou couchée aidera, surtout quand, simultanément, on enlève tout fétiche ou costume que l'on a pu utiliser pour parfaire la transformation.

Il est aussi très bénéfique de masser la colonne vertébrale de bas en haut, depuis le haut de la tête. Cela stabilise les chakras et ramène la conscience dans la réalité présente. Rappelez-vous que le but est toujours de se connecter aux énergies et de développer un contrôle et une conscience aiguisés de celles-ci à

tout instant.

CHAPITRE 13

DICTIONNAIRE DES ANIMAUX TOTEMS

Quand vous commencez à examiner vos animaux totems, il est important de les approcher à partir d'une perspective totalement différente. Vous allez vraiment vous mettre à développer une sorte d'empathie à leur endroit. Vous n'allez plus seulement observer la Nature objectivement, mais vous sentir impliqué dans tous ses aspects. Vous allez être attiré en elle.

Les livres peuvent décrire les qualités et caractéristiques de l'animal, mais ce n'est qu'en travaillant avec lui et en appliquant ce qu'il vous apprend à vous-même et à votre vie que vous pouvez développer une vraie relation avec lui. Vous ne pourrez vous empêcher de vous sentir concerné par toutes les questions éthiques, sociales et environnementales relatives à la Nature et aux animaux. Vous allez développer tant de la passion que de la compassion vis-à-vis de tous les aspects de la Nature. Vous

ressentirez ce que ressent cette dernière. La torpeur et l'indifférence que la société moderne a encouragées à l'égard de la Nature vont disparaître. « L'empathie est la manifestation tangible de notre interconnexion. Quand nous ressentons ce que l'autre ressent et quand nous comprenons que la Terre est un organisme vivant dont toutes les parties ont une conscience, même si elle est différente de la nôtre, nous voulons apporter notre contribution parce que nous partageons cette expérience émotionnelle[1]. »

Comme pour les oiseaux, entamez le processus en vous posant les questions de base concernant votre animal :

— Quelle est sa couleur ?

— Quelle est sa taille ?

— Quelle est sa forme ?

— Comment se comporte-t-il ?

— D'où vient-il et dans quelle direction se trouve-il par rapport à vous ?

— Quand le voit-on le plus souvent ?

— Quel est son type d'habitat ?

— Quel type de sons émet-il ?

— Quelle est sa nourriture ou sa proie favorite ?

— De qui peut-il être la nourriture ou la proie ?

— Comment s'adapte-t-il aux changements de saison ?

— Quand se reproduit-il généralement ?

— Comment s'adapte-t-il pour survivre ?

Certains pourront juger plus facile de commencer par l'examen du trait le plus significatif de l'animal. A-t-il des griffes acérées ou une grande force ? A-t-il des crocs pointus ou une intelligence aiguisée ? Concentrez-vous d'abord sur son aspect le plus saillant puis passez à d'autres aspects. Ce qui va vous frapper en premier concernant votre animal sera très important.

Par exemple, les cornes ou les bois peuvent être la première

chose que vous remarquez. Ils ont depuis longtemps été des symboles de force et de pouvoir. Les cornes sont des protubérances permanentes tandis que les bois tombent chaque année pour en laisser repousser de nouveaux. Les deux traduisent une forme de connexion – de type antenne – avec ce qui se trouve au-dessus de la tête. Chez certains animaux, ils sont des marques de beauté et/ou de maturité. Une corne unique était souvent utilisée pour symboliser les aspects solaires ou masculins, tandis qu'une paire de cornes reflétait les énergies féminines et lunaires de la vie.

Il est bien évidemment impossible de traiter de tous les animaux dans ce dictionnaire. Il se concentre principalement sur les mammifères du continent nord-américain, mais on y trouve aussi quantité de mammifères d'autres continents. Même quand vous avez vécu la majeure partie de votre vie, voire toute votre vie, dans un pays, vous pouvez très bien avoir un totem venant d'un autre endroit. Cela peut notamment exprimer les connexions avec les vies passées. Et cela reflète également le fait que l'on est connecté à l'intégralité de la terre et pas seulement à un continent. Le monde est plus petit aujourd'hui en ce sens que l'on y ressent l'influence de toutes les sociétés. Nous parlons des États-Unis comme d'un *melting-pot* – c'est aussi valable pour les esprits totems.

Vous pouvez également avoir envie de vous intéresser d'abord à tous les mammifères en général. Cela peut effectivement fournir des idées et des pistes. Les mammifères sont nos plus proches parents au sein du monde animal. Ce qui les distingue des autres animaux, c'est qu'ils respirent de l'air et donnent naissance à des progénitures formées et vivantes. Ils ne sortent pas d'œufs pondus et éclos. Les mammifères sont les seuls à produire du lait et à allaiter leurs petits – d'où leur nom. Seuls les mammifères développent des poils ou de la fourrure. Ils ont aussi le sang chaud.

Il reste approximativement 4 300 espèces de mammifères dans le monde et plus de 400 sur le seul continent nord-américain[2]. On dénombre douze ordres de mammifères allant, selon leur taille, de

la minuscule musaraigne à l'énorme baleine. On les trouve tant dans la nature sauvage que dans les villes. Chaque groupe a ses propres caractéristiques et les étudier vous permettra de mieux comprendre l'influence de ces animaux dans votre vie.

Étudiez l'environnement vivant de l'animal. Si c'est un animal que l'on rencontre dans le cadre urbain, de quoi a-t-il besoin pour survivre ou pour vivre près des humains ? Si on le trouve dans la nature, que lui faut-il encore pour y survivre ? Rappelez-vous que toutes les espèces ont de la valeur. D'un point de vue spirituel, aucune n'est plus puissante ou magique que l'autre. Toutes ont un rôle vital. Chaque animal possède sa propre magie, aucune n'étant moins essentielle pour nos vies et celle de la terre.

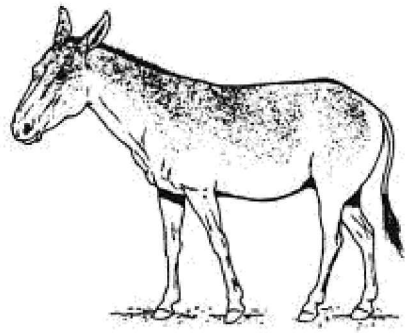
Ce dictionnaire vous fournira donc un point de départ. N'y limitez pas l'étude de vos totems. Il est bien évidemment incomplet. Du point de vue mystique, par exemple, vous pouvez considérer que les interprétations des animaux et de leurs comportements diffèrent de vos propres observations. C'est parfait. Chacun doit se connecter aux animaux à sa manière. Développez donc vos propres relations. Ce n'est qu'ainsi que l'essence et la magie des animaux prendront vie pour vous.

ÂNE

Points clés : Sagesse et humilité

Cycle de puissance : Toute l'année

Si la plupart des gens associent l'âne à des qualités négatives, cela n'a pas toujours été le cas. Comme c'est le cas de nombreux animaux, on lui a prêté des significations variées au cours du temps. En astrologie, il a été rapproché de la planète Saturne, probablement parce que le dieu Saturne est le parfait instructeur. Il s'assure que nous apprenions bien nos leçons. On trouve là un lien avec la connexion âne/entêtement.



En Chaldée, la déesse de la mort était représentée sur un âne. Il était donc aussi un symbole de mort et, bien évidemment, de la vie après la mort. On a retrouvé sur le Palatin un crucifix blasphématoire sur lequel Jésus figurait avec une tête d'âne. Dans les emblèmes et l'art du Moyen Âge, l'âne apparaissait aussi comme un symbole de patience et d'humilité.

Dans le gnosticisme chrétien, il occupe une place importante dans les mystères relatifs à l'entrée triomphale à Jérusalem – cet épisode du Nouveau Testament que nous appelons le dimanche des Rameaux. Dans les Écritures, Jésus arrive à Jérusalem chevauchant un âne blanc alors que des feuilles de palmier sont agitées pour le célébrer.

Cette sorte de procession est symbolique du sentier qu'emprunte le candidat qui parvient à transfigurer triomphalement sa vie. Elle représente la reconnaissance externe accompagnant ceux qui manifestent les plus hauts potentiels internes. L'âne blanc symbolise la sagesse de l'âme éveillée, et les palmes sont les symboles de l'accomplissement triomphal.

Si un âne est votre totem, vous avez quelques questions à vous poser : Exprimez-vous votre propre sagesse ou vous rangez-vous derrière celle des autres ? Manifestez-vous une humilité appropriée à l'endroit de ce que vous accomplissez ? Et dans votre entourage, les gens le font-ils ? Avez-vous conscience et reconnaissez-vous ce que vous avez accompli jusqu'à présent sur votre chemin de vie ? Et ceux qui vous entourent ? Ont-ils

conscience et reconnaissent-ils de manière idoine ce qu'ils ont accompli ?

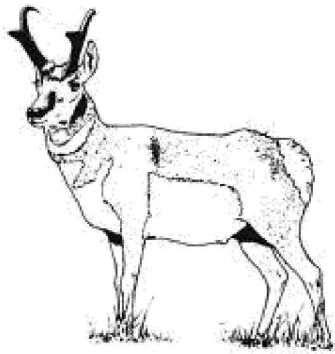
L'âne est la promesse d'une sagesse qui s'éveille et de l'imminence d'une nouvelle œuvre encore plus grande à accomplir. Ne soyez pas entêté et ne refusez pas de suivre le flux de votre vie. Ne vous accrochez pas seulement à ce que vous avez fait jusqu'à présent. Rappelez-vous qu'il s'agit, pour l'instant, non pas du but, mais du chemin vers le but. Ne vous contentez pas de ce que vous avez fait et ne soyez pas content de vous, car l'âne vous promet une sagesse encore plus grande et des opportunités à la mesure de celle-ci.

ANTILOPE D'AMÉRIQUE (ANTILOCAPRE)

Points clés : Vitesse et adaptabilité de l'esprit

Cycle de puissance : Printemps et automne

L'antilope d'Amérique (*pronghorn* en anglais) est la seule antilope nord-américaine endémique, mais, à dire vrai, ce n'est pas une vraie antilope, car, à la différence des autres, elle ne perd pas ses cornes. Comme tous les animaux à cornes ou bois, elle manifeste une connexion avec le chakra du front (ou du troisième œil), le chakra couronne et tous les aspects de l'aptitude mentale. Dans le cas de l'antilope d'Amérique, cela reflète une agilité mentale et une vivacité d'esprit certaine qui lui permettront de survivre dans les environnements les plus difficiles.



L'antilope est généralement adaptée à différents environnements – déserts, prairies, taillis et même marais. Elle a un cuir épais, parfois de près d'un pouce (environ 2,5 cm), ce qui contribue à la protéger de l'environnement. Ses épais poils tubulaires possèdent des grandes alvéoles d'air qui servent d'isolation thermique en hiver. Ce facteur isolant est en partie ce qui lui permet de survivre.

L'antilope totem peut traduire un besoin soit de s'isoler, soit au contraire de sortir de sa cachette. Cette antilocapre peut vous montrer comment fonctionner idéalement avec votre « isolation » et vous aider à développer un nouveau sens du bon *timing* pour établir d'éventuelles relations. Il n'est pas rare que quelqu'un qui a une grande sensibilité émotionnelle ou qui est très empathique voie l'antilope d'Amérique se présenter comme totem.

Toutes les antilopes sont très rapides. Elles peuvent courir jusqu'à plus de 90 km/h. Même les bébés peuvent atteindre des vitesses de 40 km/h dès le premier jour ou presque. Ceux qui ont une antilope pour totem ont toujours un esprit extrêmement vif. La capacité à communiquer ses réflexions fait partie de ce que l'antilocapre peut enseigner.

Ces antilopes d'Amérique ont une aptitude dynamique à communiquer avec d'autres, qui s'accompagne d'une grande curiosité. Les enfants ayant cet animal totem sont souvent ceux qui rendent leurs parents chèvres en leur posant continuellement des questions. Leur esprit et leur imagination sont constamment en activité.

L'antilope *pronghorn* signale le danger aux autres en dressant la grosse touffe de poils blancs de son postérieur. La plupart de ces antilopes dépendent principalement de leur sens de la vue. Elles ont de grands yeux et un large angle de vision. Leur vue est huit fois supérieure à celle des humains, donc à l'instant où les poils de la tache blanche se hérissent, toutes celles qui sont à l'entour le voient – même à grande distance.

Cette aptitude à voir au loin peut être développée en une capacité psychique accrue pour la prédiction. Un autre trait de

l'antilope renforce cette caractéristique : sa ramure ; ses cornes ramifiées permettent à l'antilope totem de réveiller vos propres antennes psychiques. La voyance fait partie de ses enseignements. La plupart des individus qui l'ont pour totem sont intrinsèquement médiums. Tout est activé en eux, même s'ils n'en sont pas encore conscients. Ils peuvent généralement sentir un danger imminent et, tant qu'ils y prêtent attention, ils vivront des vies « protégées des dieux » – évitant sans cesse de justesse des catastrophes qui semblent frapper ceux qui les entourent.

Les antilopes *pronghorns* ont en outre un très puissant odorat. Au premier signe de danger, elles dégagent une forte odeur de musc. Ce totem peut donc vous apprendre comment identifier que les personnes ou les situations ne « sentent » pas bon. Dans le spiritualisme traditionnel, il existe une forme de médiumnité appelée jadis *clairaugustus* ou plus récemment clairolfaction (perception olfactive extrasensorielle). Certains médiums ou voyants parviennent à capter les fragrances des esprits ou les odeurs subtiles entourant les individus et à les interpréter. C'est donc bien entendu un don que ce totem peut contribuer à réveiller. Il n'est pas rare, pour ceux qui ont ce totem, de sentir des fragrances étranges au cours de la journée, émanant de sources non identifiables. Généralement, quand cette aptitude commence à se manifester, c'est le musc que l'on perçoit en premier. De ce fait, méditer sur cette odeur particulière aidera à faciliter la connexion avec l'antilope totem.

Les mâles de cette espèce ont souvent un harem. Les femelles mettent fréquemment bas des jumeaux dans différents endroits. Ceux qui ont l'antilope pour totem constatent fréquemment un fractionnement de leurs énergies quand arrivent les beaux jours. Deux axes d'activité s'ouvrent généralement à eux. Elles sont distinctes et différentes, même s'il peut y avoir des connexions ou si elles ont pu apparaître simultanément à partir d'une même source. C'est toujours une bonne idée de chercher les opportunités sur le point de faire surface dans votre vie quand une *pronghorn* se montre.

Pour protéger les faons et ne pas attirer l'attention des

prédateurs, la mère ne reste pas près d'eux après leur avoir donné naissance, sauf pour les allaiter. Quand ils naissent, les faons ne dégagent quasiment pas d'odeur. Aussi, tant que la mère ne laisse pas la sienne sur eux, ils sont en sécurité. Cela implique plusieurs choses. D'abord que les opportunités qui sont sur le point de s'ouvrir à vous n'auront pas besoin de beaucoup d'attention. Ensuite, cela signifie que ces opportunités pourront croître rapidement en étant très peu alimentées.

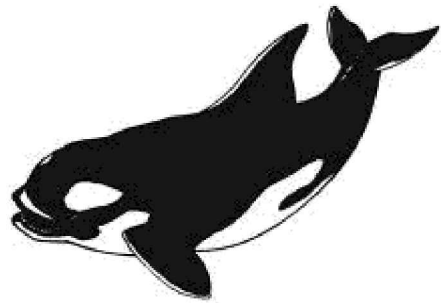
L'antilope d'Amérique se nourrit d'arbustes et d'herbes aromatiques. Elle peut réellement rester des mois – voire toute une vie – sans boire d'eau. Elle sait puiser l'eau des plantes qu'elle ingère. Ainsi ce totem peut-il vous montrer comment vous alimenter dans n'importe quel environnement. Il vous enseignera comment vous servir de votre capacité d'adaptation pour vivre dans des zones considérées normalement comme invivables. La *pronghorn* vous aidera à extraire l'essence vitale des situations les plus arides – les plus « sèches » – et à développer de nouvelles postures et perspectives mentales vis-à-vis de ces dernières afin de regagner le plus rapidement possible de nouveaux territoires de vie.

BALEINE/CACHALOT (CÉTACÉS)

Points clés : Création, pouvoir du chant, réveil des profondeurs intérieures

Cycle de puissance : Toute l'année

La baleine est le plus grand mammifère du monde. Elle constitue une partie d'un grand groupe de mammifères à sang chaud adaptés à la vie dans la mer. De nombreux mythes racontent que toute vie sur terre – y compris les hommes – est venue de la mer. Pour cette raison et pour d'autres que nous allons voir, la baleine est un très vieux symbole de création – que ce soit celle du corps ou celle du monde.



Les peuples de l'Arctique sont souvent considérés comme les observateurs les plus attentifs de la Nature, car ce n'est qu'ainsi qu'ils ont pu survivre aux climats les plus impitoyables. Les Inuits (*Inupiaq* en Alaska) ont une relation particulière avec la baleine boréale. Une de leurs légendes raconte qu'elle était la plus belle création que le Grand Esprit ait pu réaliser.

Il existe environ quatre-vingt-dix espèces de cétacé ou de baleine – y compris les dauphins et les marsouins. Il y a les grands cachalots, les orques, les globicéphales ou baleines-pilotes, les narvals, les baleines à bosse, et les plus grands mammifères de la planète, les baleines bleues. Toutes les baleines ont des évents, des orifices semblables à des narines et situés sur la tête, qui leur permettent d'expulser l'air expiré. Imiter l'éjection du souffle des baleines peut aider à libérer vos énergies créatrices. Toutes les baleines ont aussi du lard qui leur sert d'isolant thermique et à stocker l'énergie. La baleine peut vous apprend à vous isoler et à utiliser vos énergies créatrices de manière plus raisonnée. Tous les cétacés conservent l'oxygène sous l'eau en diminuant le flux sanguin dans des parties du corps où il n'est pas essentiel. Les baleines sont détentrices d'un savoir archaïque quant à l'utilisation de la force créatrice du souffle à des fins très diverses.

La plupart des cétacés sont répartis dans l'un des deux groupes : les cétacés à dents (odotoncètes) et les cétacés à fanons (mysticètes ; il s'agit ici des vraies baleines. Le mot anglais pour « fanon » étant d'ailleurs *baleen*). Les cétacés à dents ont

des dents pointues grâce auxquelles ils attrapent et mangent les poissons et d'autres animaux marins. Ce groupe inclut les cachalots, les globicéphales, les dauphins, et d'autres du même ordre. La plupart mangent des poissons, des calamars et d'autres animaux marins. On les trouve généralement en troupeaux ou en bans. Ces cétacés dentés font preuve de grandes capacités de raisonnement et même, parfois, de pensée créatrice. Ils peuvent stimuler ces aptitudes mentales chez ceux dont ils sont le totem.

Les baleines à fanons n'ont pas de dents. Leurs bouches sont garnies de plaques faites de kératine durcie, les fanons. Elles filtrent l'eau à travers ces lames, en se nourrissant des planctons et de la vie marine microscopique qui s'y trouvent. Les cétacés à fanons sont les plus grands.

Au sein de la famille des cétacés à fanons, la baleine à bosse est la plus remarquée pour son chant magnifique. Les mâles émettent des sons merveilleux et chaque nouvelle saison d'accouplement a son chant différent. Il faut entendre là que la baleine peut nous apprendre à créer des chants et des sons, en les ajustant au moment, à l'endroit et à l'individu concernés. En puisant dans nos instincts créatifs, nous pouvons entonner notre propre chant.

Les baleines disposent également d'une forme de sonar ou d'écholocation. Cette sensibilité au son relie, encore une fois, la baleine aux sons primitifs créatifs de la vie. Le son est la force créatrice de la vie. « Au commencement était le verbe. » Diriger ce son et réagir à l'information qu'il nous rapporte avec son écho (*feed-back*) fait partie de l'enseignement de la baleine. On peut se servir de cette performance pour exploiter des niveaux cachés de notre esprit ou même pour accélérer la manifestation de nos objectifs.

À une époque, les baleines ont été des symboles d'emprisonnement, de dissimulation et même de résurrection. L'histoire biblique de Jonas et de la baleine en est l'un des plus vieux exemples. Pendant trois jours, Jonas vécut dans le ventre d'une baleine avant d'en ressortir. En quelque sorte, il lui était donné une seconde naissance. Il ressuscitait. Quand nous

apprenons à aller au plus profond de nous-mêmes, la créativité qui est réveillée peut ressusciter nos vies – si nous la remontons et la mettons en œuvre.

Les baleines sautent occasionnellement hors de l'eau. Les individus « baleine » sont très créatifs. Mais ils doivent pour cela sortir de ces eaux créatives et demeurer en contact avec le monde réel. Commencez-vous à vous perdre dans votre imagination créative ? Vous l'appropriez-vous et l'utilisez-vous réellement dans le monde extérieur ou non ? Conservez-vous tout à l'intérieur de vous-même en ayant peur de laisser tout sortir ? Si c'est le cas, il est temps de sauter hors de l'eau. Montrez la magnificence et le pouvoir de votre créativité. Ne la gardez pas pour vous.

Si les baleines se montrent dans votre vie, vous devez examiner la manière dont vous utilisez – ou non – votre créativité. Vous contentez-vous d'imiter ce que d'autres ont fait ou construisez-vous à partir de là avec vos propres méthodes et idées aussi neuves que dynamiques ? Appliquez-vous votre intuition créative à de vieux processus et de vieilles formules de vie ? Ce n'est que comme ça que vous pourrez les imprégner de magie et de pouvoir.

Rappelez-vous que la baleine fut un don du Grand Esprit aux peuples inuits. C'est elle qui leur permit de survivre. Elle est non seulement la plus belle de toutes les bêtes, mais elle a aussi des utilités. La créativité pour la créativité n'est pas ce que la baleine enseigne. Elle réveille de grandes profondeurs d'inspiration créatrice et, ainsi, elle peut ajouter de la couleur et de la lumière à votre vie extérieure pour la rendre encore plus merveilleuse.

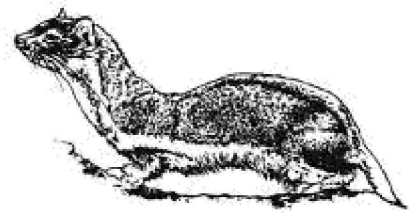
BELETTE

Points clés : Capacité de contournement rusé et secret et/ou quête/poursuite

Cycle de puissance : Période nocturne

La belette fait partie de la famille des mammifères appelés mustélidés. Cette famille comprend les moufettes, les blaireaux,

les pékans (ou martres pêcheuses), les visons, les loutres, les martres, les hermines, les furets et les gloutons. Ils sont tous reconnaissables par leurs longs corps, leurs pattes courtes et des oreilles généralement rondes et particulièrement petites. Tous produisent une forte odeur de musc et vivent dans des terriers. Ils sont aussi carnivores.



Il existe trois branches de mustélidés. Certains creusent pour trouver leur nourriture et ne sont pas strictement carnivores, même si la viande constitue une grande part de leur régime alimentaire. Cette branche intègre les moufettes et les blaireaux. Une deuxième branche est constituée de ceux qui excellent à la nage et attrapent leurs proies dans l'eau, comme les loutres. Le troisième groupe réunit ceux qui sont quasi strictement des carnivores terrestres, et c'est à ce groupe qu'appartiennent les belettes.

Ces dernières sont presque totalement des mangeuses de viande. Elles tuent les souris, les rongeurs et d'autres fléaux. En liberté, elles ne consomment strictement que des nourritures naturelles. Pour ceux dont la belette est le totem, ce comportement devra être étudié à l'aune de leurs propres éléments de santé.

La belette a besoin de quantités énormes de nourriture. Elle consomme l'équivalent d'un tiers ou d'une moitié de son poids par jour. Et elle mange toute la journée en petites quantités car elle dépense beaucoup d'énergie. Ceux qui ont une belette totem vont trouver efficace cette pratique diététique pour leur propre santé et leur bien-être. La belette procède aussi à l'abattage de toute la viande nécessaire pour sa consommation de la journée avant de

manger la moindre bouchée. Elle apporte ensuite cette nourriture dans sa tanière.

La belette est une grande chasseuse. Elle a un excellent sens de l'odorat. Si bien que dès qu'elle sent sa proie, elle peut la pister. Son long corps élancé lui permet de suivre les souris dans un terrier. Elle a une merveilleuse aptitude à se faufiler dans des espaces étroits. La médecine de la belette peut vous aider à vous sortir d'un grand pétrin et vous immiscer dans des secteurs de la vie où d'autres ne seraient pas capables de pénétrer.

La belette est gracieuse, solitaire et très silencieuse. Si la personne « belette » peut souvent, elle aussi, être solitaire, elle découvre beaucoup de choses sur la vie des autres. Sa faculté à rester silencieux lui permet de passer inaperçue, sans être vue ou entendue, même en compagnie de tiers. De ce fait, des choses peuvent être dites et faites devant des individus « belette » sans que les tiers s'en aperçoivent. La belette peut vous montrer comment utiliser ce pouvoir de l'observation silencieuse pour débusquer ce qui est caché ou secret sans que personne ne s'en rende compte.

Dans la tradition amérindienne, la belette possède la médecine pour découvrir les secrets. Faites confiance à vos sens au regard des tiers et vous vous tirerez de toutes les situations, même si cela vous mène à rester seul. Cela fait partie de l'enseignement de la belette.

Chez tous les mammifères, c'est peut-être dans la famille des belettes que la férocité est la plus grande. Une mère s'attaquera même à des humains si elle sent que ses petits sont menacés.

Généralement, les belettes mordent leur proie au cou et ne lâchent pas jusqu'à ce que la colonne vertébrale se brise ou que la victime soit saignée à mort. Les individus qui ont une belette totem connaissent l'art de sauter à la gorge de ceux qui les menacent, ou ils essaient de faire tout leur possible pour y parvenir. Une fois lancés, ils ne lâchent pas, eux non plus, jusqu'à ce que leur mission soit accomplie. Rappelez-vous que les belettes sont carnivores. Ainsi, si elles sont en colère, les personnes « belette » n'hésiteront pas à attaquer d'une manière

ou d'une autre. Il peut s'agir d'attaques verbales blessant profondément et infligeant des plaies durables. Les belettes sont naturellement silencieuses quand elles chassent, mais elles ont toute une gamme de vocalisations à leur disposition. La pire chose qui pourrait arriver à quelqu'un serait de supposer qu'un individu « belette » est faible simplement parce qu'il a gardé le silence.

Quand la belette se présente comme totem, examinez votre vie. Avez-vous besoin de développer votre art de l'observation ? Êtes-vous trop sonore dans vos entreprises ? Parler aux tiers de vos objectifs risque de vous empêcher de les atteindre. Creusez-vous suffisamment ? Y a-t-il un trou de souris, un espace étroit, dans lequel il va vous falloir vous immiscer ? Êtes-vous totalement honnête ? Et les personnes de votre entourage le sont-elles ? Si ce n'est pas le cas, la belette vous aidera à le voir. Ratez-vous l'évidence ? Faites-vous confiance à vos propres sentiments et sens – sans vous soucier des tiers ?

La médecine de la belette réveille votre habileté innée pour l'observation silencieuse et secrète. Elle vous montrera les meilleures méthodes pour contourner les problèmes. Et elle pourra vous apprendre à atteindre vos buts à tous niveaux et avec la plus grande réussite.

BÉLIER (MOUFLON CANADIEN)

Points clés : Recherche de nouveaux départs

Cycle de puissance : Fin de l'automne et début de l'hiver

Le bélier est depuis longtemps un grand symbole au sein de nombreuses civilisations et sociétés humaines. Et pour nombre d'entre elles, il était en particulier un symbole de sacrifice. On le tuait dans le cadre de traditions ritualistes à des fins diverses. Cet aspect se retrouve souvent dans la Bible. Moïse, par exemple, initia la Pâque avec le sacrifice d'un agneau. Le bélier symbolisait aussi la quête de grandes récompenses ou de sublimes trésors, comme le rapporte le récit héroïque grec de Jason et de sa quête de la Toison d'or. En outre, cet ovin est encore un symbole de grande force et de grand pouvoir. De nombreux peuples se sont servis d'engins de guerre appelés « béliers » pour enfoncer les portes et les murs des ennemis.

Si le bélier se montre dans votre vie, préparez-vous à vous mettre en quête de nouveaux départs. N'oublions pas que le bélier est aussi le premier signe du zodiaque, c'est-à-dire le premier mois de l'année astrologique. Il tombe au printemps, précisément un temps de recommencements. Le bélier nous invite à nous affirmer dans de nouveaux secteurs.

Dans l'astrologie chinoise, la chèvre et le mouton (bélier) sont souvent interchangeables et personnifient une année tous les

douze ans. C'est un signe associé à la sensibilité et à la persévérance. Les individus de ce signe sont quelque peu stoïques, ne se livrant jamais et ne révélant pas directement ce qu'ils ont en tête. Et, dans la tradition chinoise, ils peuvent avoir une inclination vers tout ce qui est impraticable.

Dans la vie réelle, les béliers incarnent nombre des caractéristiques que la mythologie et la tradition leur prêtent. Leur pouvoir et leur force sont souvent illustrés dans des documentaires sur la Nature où on les voit se cogner la tête les uns contre les autres dans des duels visant à montrer leur force.

Les béliers et les brebis de la famille des mouflons (et des mouflons canadiens en particulier) vivent en montagne au-dessus de la limite des arbres. Ils broutent de l'herbe et certaines fleurs. Tout au long du printemps et de l'été, ils accumulent des couches de graisse et un épais manteau de laine leur permettra de survivre à l'hiver.

Les cornes sont un trait prédominant du bélier. Chez les individus ayant ce totem, elles stimulent une grande activité mentale. Elles manifestent une curiosité et une imagination active qui ont besoin d'être constamment alimentées et qui croissent chaque année, comme les cornes du bélier.

Les cornes du bélier sont des armes, une forme de défense et un symbole de statut. Elles croissent tout au long de la vie de l'animal pour finir par former une volute ou spirale. Cette dernière est un symbole de grande créativité. Et parce qu'elle est associée à la tête dans le cas du bélier, elle a une signification encore plus importante. Par son intermédiaire, pour ceux qui ont ce totem, il va y avoir une nouvelle stimulation des facultés mentales, de l'imagination et de l'inspiration – et l'énergie nécessaire à leur activation arrivera corrélativement.

Les jeunes béliers jouent souvent à une sorte de tournoi pour savoir qui sera le roi de la montagne. Ils mesurent leur force et testent leur position au sein du groupe. C'est particulièrement évident en automne quand la hiérarchie s'exacerbe. C'est à ce moment-là que commencent les affrontements pour le droit à s'accoupler avec les brebis. Les béliers se toisent, puis fendent

l'air et les têtes se fracassent, cornes contre cornes. Et cela continue jusqu'à ce que l'un s'avoue vaincu. Pour les individus qui ont le bélier pour totem, l'automne sera le moment de montrer leur force et d'aborder de nouveaux défis.

Un bélier peut vivre jusqu'à quatorze ans environ, mais son espérance de vie décroît en fonction de la taille de ses cornes. Plus celles-ci sont grandes, plus les duels seront fréquents. Les anneaux de la corne marquent l'âge de l'animal.

Les mouflons canadiens, comme les chèvres des Rocheuses, ont des « doigts » de sabot préhensiles. Ces sabots sont recouverts d'une sorte de matière spongieuse qui amortit les chocs et facilite ses prises. Les articulations du mouflon fonctionnent comme des absorbeurs de choc miniatures quand ils font de grands bonds vers le bas. Le mouflon canadien n'a besoin que d'un espace de cinq centimètres à peine pour se tenir debout sur une aspérité.

C'est particulièrement important pour ceux qui l'ont comme totem. Cela leur rappelle que les ouvertures pour de nouveaux commencements peuvent être extrêmement ténues, mais que s'ils agissent réellement dessus, elles pourront être très sûres. Ceux dont le mouflon est le totem doivent apprendre à faire confiance à leurs aptitudes à retomber en toute sécurité sur leurs pieds lorsqu'ils font de nouveaux déplacements ou se lancent dans de nouvelles aventures.

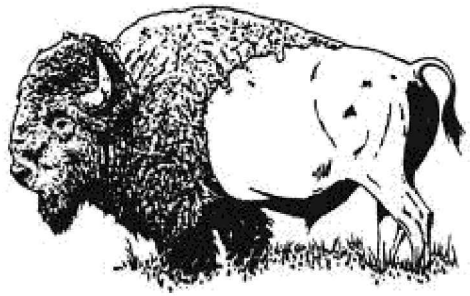
Si le bélier entre dans votre vie, procédez à quelques examens – mais n'y passez pas trop de temps. C'est généralement l'indication d'un temps pour de nouveaux commencements et de nouvelles entreprises – et non de simplement y penser. Tirez-vous avantage des opportunités qui se présentent ? Restez-vous en équilibre lorsque vous accomplissez des sauts ou des ascensions ? Entamez-vous les choses de manière appropriée ? Mettez-vous en œuvre vos idées ou vous contentez-vous d'en parler ? Quand le bélier se montre, il vous apprend à manifester les pouvoirs de l'esprit et l'imagination, et à les utiliser pour atteindre de nouvelles hauteurs ou partir vers de nouvelles aventures.

BISON (BUFFALO)

Points clés : Manifester l'abondance par l'action et la prière justes

Cycle de puissance : Toute l'année

Le *buffalo* (buffle) américain est une des deux espèces de bison (l'autre étant le bison d'Europe). S'appliquant essentiellement à des variétés de bovidés d'Afrique et d'Asie, le terme « buffle » est assez impropre pour le bison d'Amérique. Pour les Indiens des plaines, le bison était un symbole de la vie sacrée et de l'abondance.



Un jour, une belle femme revêtue d'une peau de bison blanc apparut. Elle apportait aux Indiens lakotas la pipe sacrée qui montrait comment toutes les choses étaient en réalité interconnectées. Elle enseigna aux hommes et aux femmes les nombreux mystères de la terre et elle leur apprit à prier pour faire venir l'abondance. Quand elle décida de repartir, elle se roula sur la terre et devint un veau de bison blanc. Puis elle disparut à l'horizon. À peine fut-elle partie que de grands troupeaux de bisons furent aperçus tout autour des camps indiens.

Le bison est donc un symbole d'abondance, mais aussi de la manifestation. Une partie de ce que la femme bison blanc était venue enseigner aux Lakotas, c'est qu'ils n'avaient pas besoin de lutter pour survivre si l'action droite s'accompagnait de la prière juste. En unissant le prosaïque ordinaire et le divin de manière

appropriée, tout ce qui est nécessaire serait disponible. Cette même idée se retrouve dans l'expression : « Aide-toi et le ciel t'aidera. »

Le bison est un gros animal massif et il peut peser jusqu'à une tonne et demie. Il a une tête pesante, des épaules bossues, et une apparence presque démesurée à cause de sa fourrure épaisse. Les bosses sont souvent symboliques de forces stockées – des réservoirs dans lesquels on peut puiser. Dans le cas du bison, elles reflètent l'abondance disponible si nous savons comment y accéder. Le fait que cette bosse se trouve au niveau de l'épaule indique que nous devons déployer nos propres efforts. Les épaules sont les symboles de la capacité à étreindre la vie et à nous accrocher à celle-ci. Sur les épaules, nous portons soit nos fardeaux, soit nos récompenses. La zone bossue des épaules souligne que nos propres efforts sont nécessaires.

Quant à la tête massive, elle suggère la nécessité de combiner nos efforts avec le divin. La tête est la région supérieure. Elle est le symbole du ciel et du divin, des facultés supérieures. Chez le bison, les deux aspects sont amplifiés. Tant le matériel que le spirituel sont nécessaires pour manifester ce que nous cherchons.

Le bison est très imprévisible et il peut être dangereux. Cet aspect peut servir d'avertissement pour vous dire que vous n'êtes pas suffisamment ancré dans la terre quand vous commencez à œuvrer pour développer l'abondance dans certains secteurs de votre vie. C'est un animal quadrupède, ce qui sous-tend l'idée d'avoir bien les pieds sur terre.

Le bison suit généralement le chemin le plus facile. Quand nous joignons les bonnes prières à l'action juste, le chemin n'est pas difficile. Nous n'avons pas à nous frayer une route à grands coups de tête et d'épaules. Le sentier s'ouvre et se déroule sans peine. Le bison utilise sa tête pour renverser ou pousser un obstacle à l'occasion, mais généralement en hiver seulement. Sa tête lui permet de dégager des espaces enneigés afin de brouter l'herbe qui se trouve dessous.

Si un bison se montre dans votre vie, cela peut traduire des occasions de manifester l'abondance dans certains secteurs de

votre existence – ou de progresser dans cette direction. Mais il ne faut pas négliger les quelques mises en garde qu'il dissimule sous sa fourrure. Par exemple, que ce n'est pas le moment de pousser ou de forcer. Suivez la voie la plus facile.

L'apparition du bison induit aussi que les lois de synchronicité opèrent dans votre vie à cet instant. Les choses vont se produire au moment, de la manière et avec les moyens qui seront les meilleurs pour vous si vous les laissez se manifester. Cela ne veut pas dire que vous devez rester là, assis, à ne rien faire, mais plutôt que vous devez entreprendre ce que vous avez à entreprendre avant de laisser les choses suivre leur cours.

Il est bon d'aller d'un point A à un point B et il y a bien des façons d'y parvenir. Mais si vous forcez le passage pour aller vite, vous risquez d'arriver à destination à un moment où il n'y aura rien à obtenir ou à gagner. Si vous laissez le flux naturel vous emporter, vous atteindrez votre objectif au moment le plus avantageux et vous ferez même probablement de beaux petits détours en chemin. Le bison vous apprend à travailler avec ces rythmes naturels.

Si le bison est apparu dans votre vie, cherchez les opportunités d'abondance et de croissance. Posez-vous aussi des questions importantes : Honorez-vous ce que vous cherchez ? Vous rappelez-vous que le divin est essentiel pour toutes les choses du monde physique ? Rendez-vous hommage à vous-même et aux efforts des tiers dans votre vie ? Manifestez-vous de la gratitude pour ce que vous avez déjà ? La façon la plus rapide de tarir le flux d'abondance, c'est d'oublier de rendre hommage à ce qui vous est déjà parvenu.

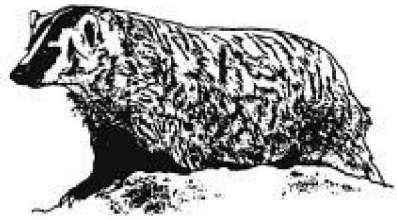
BLAIREAU

Points clés : Courage et indépendance – Gardien d'histoires

Cycle de puissance : Fin du printemps

Le blaireau est le géant de la famille des belettes (les mustélidés). Il faudra donc que ceux qui l'ont pour totem s'intéressent aussi à la belette. Le blaireau est tricolore – blanc,

noir et chamois – avec une bande blanche courant du nez à l'arrière de la tête. C'est en soi très symbolique de l'ouverture de l'animal ; il est le gardien d'une grande partie de la lumière et de la connaissance des autres animaux et de la terre.



Le blaireau peut paraître gras, mais il est puissant et musclé. Sa peau est détendue, si bien qu'il est très rare qu'une morsure d'un autre animal le blesse vraiment. Ses propres mâchoires sont excessivement fortes. Les mâchoires sont les symboles d'une expression puissante. Cela relie le blaireau aux mystères de la « parole » – et en particulier de l'art du raconteur d'histoire (*storytelling*).

« Je te demanderai de te souvenir d'une seule chose, dit le blaireau. Les histoires que les gens racontent sont une manière de prendre soin d'eux. Si les histoires viennent à vous, occupez-vous bien d'elles. Et apprenez à les restituer quand c'est nécessaire. Parfois, une personne a plus besoin d'une histoire que de nourriture pour rester en vie. C'est pour ça que nous introduisons les histoires dans la mémoire de nos prochains. C'est aussi comme ça que les gens s'occupent d'eux-mêmes[3]. »

Le blaireau est un remarquable fouisseur. Vif et rapide, il peut facilement creuser sous la terre. Il peut même déloger la taupe ou le petit rongeur américain appelé gaufre ou géomys en se déplaçant très rapidement sous terre. Cela le relie à tous les esprits et génies de la terre et autres gnomes de la tradition. Et il faut y lire une allusion à la capacité de voir sous la surface des choses et des personnes. Il vit sous terre dans un complexe de terriers appelés « tanières »[4]. On y trouve plusieurs chambres à

vivre, ainsi que des latrines et des espaces de stockage. Ces tanières attirent l'attention vers ce qui se passe sous la surface, les niveaux souterrains, les lieux intérieurs, mais aussi les grandes demeures du monde extérieur.

Le blaireau est actif tant le jour que la nuit. Cet animal carnivore se nourrit surtout de rongeurs comme le lapin, le géomys, les souris, les écureuils et d'autres résidents souterrains. Il mange de nombreux rongeurs qui, quant à eux, se nourrissent de céréales et autres végétaux. Souvent, il stocke les animaux entiers ou des parties de ceux-ci dans ses tanières. De ce fait, on peut le voir comme le gardien des histoires des autres animaux.

Il est fondamentalement un animal peu sociable. Il ne se « lie » pas bien avec les autres – même ceux de sa propre espèce. C'est peut-être pour cela que les histoires sont son mode traditionnel de communication. Il est plus facile pour ceux qui adoptent la médecine du blaireau d'établir une relation par l'intermédiaire des histoires plutôt que d'avoir à le faire directement.

Les jeunes blaireaux – deux ou trois en temps normal – naissent en mai ou juin. Et la famille se sépare toujours à l'automne, quand les jeunes et le père déménagent pour aller s'établir dans leurs propres tanières. Parfois, le père aide à l'éducation des jeunes, mais globalement, les blaireaux sont des solitaires. Ils ont beaucoup de confiance en eux et sont très indépendants. Ils peuvent enseigner cela ou aider ceux qui les ont pour totem à transmettre cela à des tiers.

Le teckel (en anglais, *dachshund*, c'est-à-dire « chien à blaireau », d'après l'allemand *dachs*, « blaireau », et *hund*, « chien ») est une race de chien créée et élevée spécifiquement pour chasser et creuser derrière les blaireaux afin de les débusquer de leurs terriers. Les propriétaires de teckels possèdent probablement une part de la médecine du blaireau ou peuvent aisément se connecter à celle-ci.

Parce qu'il est un terrassier ou un fouisseur puissant, le blaireau a la connaissance des choses qui se trouvent sous la terre. Cela inclut les minéraux, les racines, et d'autres plantes et herbes. Cela fait aussi du blaireau un guérisseur dynamique. Parfois le

« guérisseur blaireau » est trop agressif, mais sa technique est généralement efficace. Le blaireau peut enseigner la connaissance, oubliée depuis longtemps, des racines et de leurs pouvoirs mystiques et curatifs.

Cet animal courageux et féroce ne se rend jamais. Si un blaireau est entré dans votre vie, vous devriez vous livrer à quelques examens : Creusez-vous assez profondément ? Et ceux qui vous entourent le font-ils ? Cela peut indiquer un besoin de regarder sous la surface. Et cela peut également refléter une plus grande connexion à la terre et à ses esprits animaux. Peut-être vous est-il ici conseillé de reprendre les histoires qui vous intriguaient et vous accrochaient pendant l'enfance. Elles peuvent être symboliques de choses se déroulant dans votre vie présente ou sur le point de le faire. Quand un blaireau se montre, cela signifie qu'il y aura bientôt des occasions de montrer son courage et son indépendance. Et surtout il vous invite à commencer à raconter une nouvelle histoire sur vous-même et votre vie.

CASTOR

Points clés : La construction des rêves

Cycle de puissance : Crépuscule et nuit

Le castor est le plus grand rongeur. Il a quasiment disparu d'Europe et d'Asie et se trouve essentiellement sur le continent nord-américain. Il est adapté à la vie dans l'eau : ses pieds – mais pas ses mains – sont palmés et sa queue sert de gouvernail. C'est un excellent nageur. Il peut rester sous l'eau jusqu'à 15 minutes d'affilée. Dans ses poumons extra-larges, il peut absorber plus d'oxygène et tolérer plus de dioxyde de carbone que les humains. De ce fait, le castor peut transmettre des leçons sur la respiration et son contrôle pour obtenir le maximum d'efficacité et la meilleure santé possible.

L'eau a longtemps été associée avec les émotions et les rêves. L'un des rêves les plus communs chez une personne ordinaire, c'est celui d'avoir un logis et une famille. Ce rêve est parfaitement incarné par le castor. Il vit au sein d'un foyer très soudé et les castors s'accouplent pour la vie avec un seul partenaire. Si le castor apparaît dans votre existence, cela peut signifier une opportunité de construire à partir de vos rêves.

Ces rongeurs sont aussi des maîtres constructeurs. Ils accomplissent des prouesses incroyables en matière de construction et d'ingénierie, de l'abattage des arbres à l'érection de barrages. Leurs gîtes peuvent avoir de complexes réseaux de tunnels et ils ne cessent d'entretenir et de réparer leurs barrages. Ce magnifique art de la construction peut lier ceux qui ont le castor pour totem aux anciens maçons mystiques. De ce fait, l'étude de la tradition maçonnique pourra ouvrir de nombreuses portes.

Un castor vit moins de douze années dans la nature. Ses caractéristiques les plus saillantes sont ses grandes incisives et sa queue. L'une des raisons pour lesquelles le castor ne cesse de ronger est précisément que ses dents continuent de pousser jusqu'à sa mort. S'il ne rongeait pas, elles deviendraient trop grandes et il ne pourrait plus manger. Par ailleurs, s'il perd une dent, il ne pourra normalement plus vivre. Pour ceux qui ont un castor totem, une hygiène et des soins dentaires corrects seront essentiels.

L'écorce des arbres – et au premier chef, des peupliers et des

trembles – est l'alimentation favorite des castors. Une étude des qualités de ces arbres vous fournira des éclairages. Chez les castors, l'abattage des arbres est un travail d'équipe. Un castor n'intervient pas, mais veille et monte la garde, tandis que les autres rongent le tronc et le coupent. Les arbres sont souvent stockés dans le barrage pour fournir de la nourriture tout l'hiver.

Si certains voient les castors comme des fléaux, ils sont en réalité merveilleusement bénéfiques. Leur abattage sélectif d'arbres permet aux arbustes de croître, ce qui fournit de la nourriture aux cerfs et aux élans. Leurs barrages eux-mêmes contribuent à enrichir la qualité des sols arables pour les humains. Les étangs de castors se remplissent de sédiments. Quand le castor s'en va, le barrage retenant l'étang finit par se rompre. Alors, l'eau s'en va, laissant une poche stable et nivelée de terre riche.

Si le castor est entré dans votre vie, posez-vous quelques questions importantes. Avez-vous négligé vos rêves les plus basiques ? Vos rêves requièrent-ils quelques… « travaux de réparation » ? Avez-vous – vous ou les personnes de votre entourage – tendance à trop vous perdre dans vos rêves – c'est-à-dire à vous contenter de rêver sans jamais mettre ces rêves en œuvre ? Votre logis a-t-il besoin de réparations ?

N'oubliez jamais que le castor nous rappelle que nous devons agir sur nos rêves pour qu'ils deviennent réalité. Quand il se montre, c'est que le temps de l'action est venu. Le castor peut vous montrer comment « construire » des rêves merveilleux.

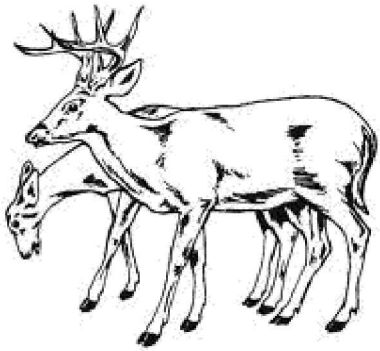
CERF/BICHE

Points clés : Gentillesse et innocence – Se laisser innocemment attirer vers de nouvelles aventures

Cycle de puissance : Automne et printemps

Le cerf a toujours capté l'imagination de l'humanité. Originaire de tous les continents sauf l'Océanie, il appartient à l'une des plus prospères familles de mammifères. Les cervidés sont capables de s'adapter à toutes les sortes d'habitats. Le cerf de Virginie

(également appelé biche des palétuviers ou, en anglais, « cerf à queue blanche », *white-tailed deer*), le cerf mulet (ou cerf hémione, ou encore cerf à queue noire) et le renne (appelé caribou au Canada) sont trois des espèces de cervidés les plus communes du continent nord-américain. L'élan (orignal, en Amérique du nord) et le wapiti appartiennent aussi à la famille des cervidés, mais ils sont traités séparément dans ce dictionnaire.



Chaque espèce possède ses caractéristiques particulières, tout en partageant certaines des qualités des cervidés en général. Le renne (caribou), par exemple, accomplit de longues migrations deux fois par an, ce qui reflète, pour ceux qui l'ont comme totem, le besoin d'en faire autant dans leur vie. Son rut commence à l'automne et au début de l'hiver et, de ce fait, ce moment constitue leur période de puissance. Le cerf mulet est aussi un migrateur. Il ne suit jamais deux fois la même route. Cela fait partie de son mécanisme naturel de défense en le rendant moins prévisible pour les prédateurs. La plupart des informations de cette entrée se concentrent sur les cervidés en général et le cerf de Virginie en particulier.

Il existe plusieurs variantes quant à l'origine du mot « cerf », que ce soit en français ou en anglais (*deer*). Celles-ci fournissent des indices quant à d'éventuelles vies passées pour ceux qui ont un cervidé totem. En français, « cerf » vient d'une racine indo-européenne, *ker*, signifiant corne et qui a donné le mot « vache »

dans plusieurs langues slaves, notamment. Le mot anglo-saxon *deor* (origine de *deer*) était un terme générique pour désigner les animaux et il était donc souvent utilisé simplement dans ce sens général, et non pour désigner les seuls cervidés. Dans les langues germaniques, le terme a pour racine *tier*, qui avait simplement pour sens « animal sauvage » (et même « animal », là encore dans un sens général, en allemand moderne). Et on peut suivre sa trace jusqu'au sanscrit *mriga* qui signifiait aussi « animal sauvage ».

Pour beaucoup, le cerf est considéré comme l'animal le plus important jamais chassé. La chasse au cerf est ce qui déplace notre civilisation dans la Nature. Il existe quantité d'histoires et de mythes parlant de cerfs attirant par la ruse des chasseurs ou même des rois au plus profond des forêts. Là, ils se retrouvent complètement perdus et sont confrontés à diverses péripéties. Les récits du roi Arthur et de ses chevaliers de la Table ronde rapportent de semblables histoires. Un jour, par exemple, sire Gauvain suit un cerf blanc et fait plusieurs rencontres qui le précipitent dans autant d'aventures. La lecture de *La Morte d'Arthur*, de Thomas Malory, fournit bien d'autres exemples.

Le cerf est aussi une image religieuse centrale du bouddhisme. Bouddha est souvent représenté accompagné d'un cerf et sa légende prétend que la première fois qu'il prêcha, ce fut dans un parc à daims. Cette image réaffirme la signification du cerf en tant que représentation de l'innocence et du retour à la Nature.

Le cerf de Virginie ou cerf à queue blanche est le cervidé le plus commun aux États-Unis. L'un de ses traits les plus importants est la paire de bois que développe le mâle. Chez d'autres membres de la famille des cerfs (en l'occurrence le renne ou le caribou) tant le mâle que la femelle en a. Les bois sont des os et ils tombent chaque année. Ils poussent derrière les yeux et sont très protecteurs.

Chaque année, jusqu'à l'âge de cinq ans, les bois croissent et ont plus de cors (ramifications). Si vous rencontrez un cerf dans la nature, essayez de compter le nombre de ses cors. Contrairement à la croyance populaire, il ne vous donnera pas l'âge de l'animal,

mais vous dira quelque chose de la signification que le cerf a pour vous. Rappelez-vous que la numérologie peut toujours aider à définir l'essence des choses.

Les bois sont des symboles d'antenne, de connexion avec de plus hautes formes d'harmonisation. Les cerfs avec des bois peuvent donc être un signal vous invitant à prêter attention à vos pensées et perceptions intérieures, qui doivent être plus précises que vous ne le pensez.

Les bois tombent chaque année et, chaque année, ils repoussent – plus grands et avec plus de cors, pendant cinq ans. Si un cerf est entré dans votre vie, cherchez de nouvelles perceptions et des degrés de perception qui doivent croître et s'étendre pendant les cinq années à venir. Cela peut indiquer que vous allez avoir des opportunités de stimuler de nouvelles croissances qui ne vont cesser d'augmenter doucement au cours des cinq années en question.

Les bois poussent derrière les yeux, ce qui évoque le symbolisme d'une perception supérieure. Quand ils tombent, ils sont mangés par les cerfs et les rongeurs qui les grignotent pour ingérer le calcium.

Un à deux jeunes naissent. À leur naissance, les faons ont une couleur qui les protège et les dissimule. Au cours des tout premiers jours, ils se déplacent difficilement et la mère les allaite souvent. C'est très significatif pour ceux qui les ont pour totems. De nombreuses sociétés soulignaient l'importance de rester avec le nouveau-né pendant un certain temps. Aucun visiteur – pas même des membres de la famille – en dehors du père n'était autorisé à avoir un contact avec le bébé. Même aujourd'hui, dans l'islam, une mère qui allaite un enfant fait de celui-ci le sien – qu'il soit son enfant biologique ou non. Cette sorte d'attention et d'isolement protecteur permet à l'enfant de se lier plus fermement à sa famille et préserve le nouveau-né de toute influence extérieure subtile.

J'ai toujours été troublé par la vision de toutes ces jeunes mères avec des bébés d'à peine une semaine se promenant dans les rues et les magasins bondés. Je comprends le besoin de

sortir, mais cela traduit un manque de compréhension des influences énergétiques subtiles du corps humain. Nos auras – ou champs d'énergie – sont électromagnétiques et des échanges d'énergie se produisent avec d'autres personnes ou lieux. Le type d'énergies auquel un bébé est exposé dans une rue peut avoir d'énormes effets. Personne n'a jamais vraiment fait d'étude significative sur cette question et c'est un domaine qui a vraiment besoin d'être exploré. Jusqu'à ce que l'énergie de l'enfant soit elle-même forte et solidement ancrée à la terre, il devrait être protégé des influences externes.

Le cerf nous ramène à la sagesse primordiale de ces vieux enseignements. Il nous rappelle que nous devons établir une saine et solide connexion avec l'enfant avant de l'exposer à des tiers et à d'autres énergies étranges. Il nous rappelle aussi qu'il s'agit d'une tradition naturelle et idoine pour l'unité de la famille et la santé du petit. C'est l'intérêt de l'enfant qui est en jeu.

Après les premiers jours, le faon peut normalement se tenir debout et suivre sa mère. Les biches restent généralement avec elle pendant une année. Les mâles, en revanche, partent d'ordinaire au bout de quelques mois. Le père ne prend aucune part dans l'éducation des petits. C'est la fonction exclusive de la mère. Cette fois, il s'agit ici d'une invitation à revenir gentiment à l'unité et au rôle traditionnel de la famille. Si le cerf est apparu dans votre vie, cela peut indiquer que vous vous êtes trop éloigné du rôle qui serait le plus bénéfique pour vous à ce moment-là.

Les sens du cerf sont très affûtés. Sa vue lui permet de voir à grande distance. Il est particulièrement apte à discerner les contrastes et les contours dans une lumière faible. Son ouïe est elle aussi très fine. Tous ceux qui ont un cerf totem constateront une aptitude accrue à détecter les mouvements et apparitions les plus subtils. Ils commenceront à entendre ce qui n'est pas dit directement.

Quand un cerf se présente dans votre existence, c'est qu'il est temps de vous montrer gentil avec vous-même et les autres. Une nouvelle innocence ou une nouvelle fraîcheur d'esprit est sur le point de se réveiller ou de naître. Vous allez vous laisser séduire,

doucement mais sûrement, par de nouvelles aventures. Posez-vous alors des questions essentielles : Êtes-vous en train de forcer les choses et personnes de votre entourage ? Êtes-vous trop critique et indifférent envers vous-même ? Quand le cerf se montre, c'est qu'une occasion se présente d'exprimer un amour délicat qui vous ouvrira de nouvelles portes vers l'aventure.

CHAT

Points clés : Mystère, magie et indépendance

Cycle de puissance : La nuit

Bien que le chat soit un animal domestique, il serait injuste de ne pas au moins mentionner brièvement ses énergies et essences en tant que totem. Nombre de félins plus grands sont abordés séparément dans ce dictionnaire, mais les chats en général – sauvages ou domestiques – ont certaines qualités en commun.

Le chat est un animal qui prédomine dans les mythes et les traditions. Dans l'Égypte ancienne, il occupait une position privilégiée. La déesse Bastet était souvent représentée soit sous la forme d'un chat, soit avec une tête de chat. Dans la tradition scandinave, le chat était associé à la déesse de la fertilité, Freya. Dans la tradition hindoue, Shakti, la déesse de la naissance, est représentée sur un chat. Les chats apparaissent souvent dans les contes des frères Grimm et de nombreux autres contes populaires du monde entier.

Une grande variété de traits caractéristiques a été attribuée aux chats – des traits souvent contradictoires. Pour n'en citer que quelques-uns : la curiosité, les neuf vies, l'indépendance, l'intelligence, l'imprévisibilité et la guérison. Le chat était fréquemment considéré comme le compagnon familier des sorciers et sorcières – un esprit familier ayant pris la forme d'un chat. On croyait d'ailleurs fréquemment que les sorciers et magiciens eux-mêmes pouvaient se métamorphoser en chats.

Les chats sont chez eux et donc actifs après la tombée de la nuit. Pourtant, la plupart des humains voudraient les voir comme des animaux de compagnie traditionnels pendant la journée. Mais comme ils ne se comportent pas de cette manière, on leur prête une réputation d'indépendance et d'asociabilité. Comme la nuit et les ténèbres sont les antres de toutes les peurs et de ces choses que les humains ne voudraient et ne peuvent voir, les chats ont fini par être associés à la magie et au mystère. La vérité, c'est que la rétine de leurs yeux contient davantage de bâtonnets, ce qui amplifie leur perception de la lumière et leur permet de voir efficacement dans l'obscurité.

La proie traditionnelle du chat est la souris, mais elle ne s'y limite nullement. Ils chassent aussi très bien les oiseaux et les lapins. En revanche, l'ennemi traditionnel du chat est le chien, mais, là non plus, il n'est pas le seul. Pour tous ceux qui ont un chat totem, l'étude de la souris et du chien sera néanmoins très utile pour comprendre la magie et l'équilibre des énergies chez le chat.

Examinez les couleurs, le caractère, les comportements de votre chat. Tout sera signifiant. Quantité de livres existent sur les traditions et les caractéristiques des chats. Qu'il soit sauvage (chat de gouttière…) ou domestique, chaque fois qu'un chat se fait remarquer et devient prédominant, attendez-vous que de la magie et du mystère se manifestent, alors guettez-les.

CHAUVE-SOURIS (BAT)

Points clés : Transition et initiation

Cycle de puissance : Nuit

La chauve-souris (ou chiroptère) est un des mammifères les plus incompris. Ses représentations modernes au cinéma et à la télévision lui ont conféré une réputation sinistre, mais elle joue un rôle important dans la nature et comme symbole dans les traditions totémiques. Si les croyances modernes la rangent dans les cohortes du diable avec ses ailes rappelant celles d'un dragon, dans des temps plus anciens, elle était un puissant symbole.

À Babylone, les chauves-souris représentaient les âmes des morts. En Chine, elles étaient des symboles de bonheur et de longue vie. Pour les anciens Mayas, elles symbolisaient l'initiation et la renaissance. Et pour les hommes du Moyen Âge, elles étaient des dragons miniatures.

Des traditions méso-américaines primitives est issu un ouvrage sacré sur le processus initiatique dans lequel les chauves-souris occupent un rôle significatif. Ce livre s'appelle le *Popol Vuh*. Il fut découvert par le père dominicain Francesco Ximenez au tout début du XVIIIe siècle. Le second livre du *Popol Vuh* décrit les sept épreuves que des frères jumeaux doivent subir. La septième les emmène dans la maison des chauves-souris. D'énormes chiroptères volent dans le labyrinthe dont le seigneur est Camazotz, le dieu des chauves-souris. Cet être avait le corps d'un humain et la tête et les ailes d'une chauve-souris. Avec sa grande épée, il décapitait les guerriers imprudents[5].

Cette histoire et cette imagerie puissamment symboliques

déclinent le processus de transition – en partie humain et en partie chauve-souris (animal). Cela implique une perte des facultés de l'individu si l'on ne prend garde aux changements. Mais il y a aussi, sous-jacente, la promesse d'une renaissance et d'une sortie des ténèbres.

Les auteurs Jamie Sams et David Carson disent de la chauve-souris qu'elle reflète la mort du chamane traditionnel – la décomposition de l'ancien soi au gré d'épreuves intenses[6]. C'est une confrontation à ses plus grandes peurs – il est temps de mourir à certains aspects de sa vie qui ne sont plus souhaitables pour soi.

La plupart des gens ont peur des transitions et s'accrochent à des principes du type « mieux vaut un mal connu qu'un bien qui reste à connaître », voire « un tiens vaut mieux que deux tu l'auras ». Si une chauve-souris vole dans votre vie, il est temps pour vous d'affronter vos peurs et de vous préparer au changement. Vous êtes mis au défi de vous débarrasser de l'ancien pour créer le nouveau.

Pour de nombreuses personnes, le changement est toujours inquiétant. Quand la chauve-souris entre dans votre vie, vous pouvez voir une partie de celle-ci commencer à aller de mal en pis. Ce qui fonctionnait auparavant peut cesser de le faire. Mais ce n'est pas négatif ! En réalité, ce n'est perturbant que dans la mesure de votre attachement aux vieilles méthodes ou de votre tendance à rester fixé sur le passé au lieu de vous tourner vers les possibilités infinies de l'avenir.

Les changements et les transformations sont des bénédictions. Ils ne sont pas déclenchés de l'extérieur mais de l'intérieur, et le monde est notre miroir. Alors que nous changeons, y compris dans notre conscience, tout ce qui est reflété dans le monde commence aussi à changer. Pour comprendre les bienfaits du changement et en jouir, commencez par restaurer votre responsabilité vis-à-vis de votre vie. Cela signifie que vous devez vous ouvrir au pouvoir à l'intérieur duquel vous allez triompher de toute peur.

Regardez au-delà des circonstances immédiates et limitées. Il

ne peut y avoir aucune mort sans qu'il y ait également renaissance. Tout reflète le divin. Rappelez-vous que la mort est le choix de bloquer ou d'affronter les énergies divines qui sont vôtres par héritage. Quant à la renaissance et à la vie, vous les trouverez en suivant le flux qui vous guide à l'intérieur. Le choix vous appartiendra toujours. N'oubliez jamais que chaque fois que vous faites confiance aux influx intérieurs, vous chassez les peurs vers les plus sombres recoins de votre esprit. Ce que vous choisissez de faire aujourd'hui aura des répercussions pendant des années. Voulez-vous que ces répercussions soient positives ou négatives ?

Bien que de petite taille, la chauve-souris est un puissant symbole. Sa médecine est d'une grande force ; elle peut même être traumatisante. C'est un animal nocturne et la nuit était fréquemment considérée comme l'antre de toutes les peurs. Les feux et les lumières des logis servaient souvent à repousser la nuit et ses peurs au lieu d'y faire face et de les transmuter. Évitez-vous d'affronter quelque chose d'inévitable ?

Parfois, les chauves-souris sont un symbole de la confrontation aux peurs. Leurs petites dents sont très aiguisées et pointues comme des aiguilles. Les chiroptères peuvent aussi être porteurs de la rage. Cette dernière est une infection du sang engendrée par un virus. Elle était souvent associée à la folie. Les peurs que nous laissons se répandre, sans retenue, vont finalement imprégner tout notre être et créer une sorte de folie dans notre vie. Les chauves-souris peuvent exprimer un besoin de faire face à nos craintes. Les fantasmes qui résultent des peurs latentes sont fréquemment bien pires que leur affrontement. De quoi avez-vous le plus peur présentement ?

D'un point de vue naturaliste, les chauves-souris ne sont pas sinistres. Elles jouent un rôle de très grande valeur dans la Nature. Elles se nourrissent d'insectes et sont essentielles pour la pollinisation de nombreuses plantes. Leurs déjections, le guano, sont aussi utilisées comme un précieux et efficace engrais. On doit comprendre que tous les aspects de la confrontation aux peurs auront de la valeur pour nous, même quand ils peuvent

paraître un peu anarchiques ou confus. Cette attitude est porteuse de la promesse du pouvoir.

La chauve-souris est aussi le seul mammifère volant. Les os de ses doigts (métacarpes et phalanges) extrêmement allongés constituent l'armature des ailes faites d'une membrane de peau tannée résistante. Leur vol est irrégulier et saccadé, mais c'est un vol. Et tous les vols supposent une prise de hauteur, une élévation au-dessus du sol. Il serait donc idoine d'étudier parallèlement le symbolisme du vol en général, tel que nous l'avons décrit dans la deuxième partie de ce livre.

Parce que les humains sont aussi des mammifères, la chauve-souris est un symbole encore plus important pour nous. Elle devient un symbole de promesse au cœur des énergies du changement parfois chaotiques. Cet animal volant exprime la capacité à s'élever vers de nouvelles hauteurs avec les transitions. Oui, nos propres vols risquent de paraître irréguliers et saccadés, mais nous serons nous aussi capables de voler.

Et nous ne serons pas seulement aptes à le faire grâce aux changements, mais nous pourrons également voir le monde sous une perspective totalement neuve. Les chauves-souris dorment tête en bas. Cette posture m'a toujours rappelé l'arcane XII du tarot, le Pendu. Cette carte symbolise le franchissement de nouvelles barrières et l'ouverture à une sagesse supérieure. Elle manifeste une nouvelle vérité en cours d'éveil. Et elle implique une grande force et une grande endurance pour gérer les épreuves qui peuvent se présenter quand vous vous ouvrez à une nouvelle conscience. Son message renferme la promesse de nouveaux horizons et de visions inattendues sur le point de s'offrir à vous. Méditer sur cette carte sera extrêmement bénéfique pour ceux qui ont une chauve-souris comme totem.

La chauve-souris est un animal sociable. Elle vit en communautés et, par conséquent, son apparition est généralement synonyme d'un besoin de plus de sociabilité ou d'opportunités accrues avec un plus grand nombre de personnes.

La médecine de la chauve-souris est susceptible de réveiller une grande perception auditive. On dit que les chauves-souris

sont aveugles, mais c'est faux. Elles ne le sont pas, et ont de grands yeux bien développés. Leur vue leur permet de naviguer aisément dans des environnements éclairés.

Par ailleurs, elles sont expertes pour évoluer dans l'obscurité. Elles ont une forme de sonar dans le nez qui leur confère une navigation parfaite. Leur don d'écholocation leur permet d'exécuter des prouesses en vol, y compris au sein du groupe. Elles se cognent très rarement, pour ne pas dire jamais. Ce sonar et cette écholocation peuvent être liés métaphysiquement au don de clairaudience ou de clairaudition qui réveille l'aptitude à entendre les esprits.

Ceux qui ont une chauve-souris totem se rendent compte qu'ils ont une capacité croissante à discerner les messages cachés et autres implications des paroles des tiers. Écoutez ce qui n'est pas dit. Faites confiance à vos instincts. Le nez est l'organe du discernement et, avec son sonar positionné à l'intérieur de cet organe, la chauve-souris reflète cette aptitude à discerner la vérité dans les propos des autres.

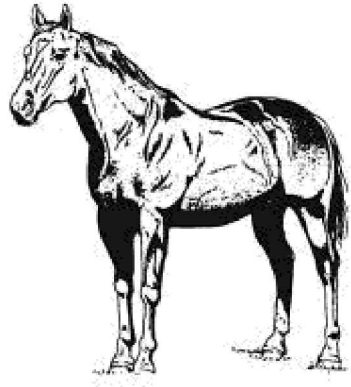
La chauve-souris est une médecine puissante. Elle peut être éprouvante, mais elle indique toujours la voie de l'initiation – un nouveau départ qui apporte promesse et pouvoir après le changement.

CHEVAL

Points clés : Voyage, pouvoir et liberté

Cycle de puissance : Toute l'année

Le cheval est le sujet d'une riche mythologie et d'une tout aussi riche tradition. Tout un livre pourrait être écrit sur la signification du seul cheval, car aucun autre animal que lui n'a autant contribué au développement de la civilisation.



Il a été associé tant à des rites funéraires qu'à des rites de naissance – où l'on voyait des individus entrer et sortir du monde sur son dos. Le dieu nordique Odin, par exemple, chevauchait Sleipnir, un destrier psychopompe à huit pattes. Dans la tradition hindoue, le char de Surya, le dieu soleil, est tiré par des étalons, comme celui d'Apollon, dans la mythologie grecque.

Dans l'astrologie chinoise, le cheval est associé à l'attirance et au pouvoir de persuasion. Les chevaux sont des symboles de liberté – souvent sans les contraintes idoines. En astrologie chinoise, les personnes « cheval » sont amicales et aventureuses, et peuvent être très émotives.

Avant la domestication du cheval, les distances entre les personnes et les communautés étaient grandes et il y avait peu d'interactions entre elles. Le cheval a servi aux hommes pour le transport, le voyage, la guerre, l'agriculture et, en somme, tous les secteurs majeurs de la vie. Aujourd'hui, il est quasiment confiné à la détente et encore à l'agriculture, mais son énergie est de nature expansive. Et grâce à celle-ci, les populations du monde entier ont pu se rapprocher.

Le cheval a permis aux hommes d'explorer et de s'affranchir des contraintes et limites de leurs propres communautés. Ils ont ainsi pu voyager et découvrir la multiplicité de la vie et de tous ses pouvoirs. Les chevaux exercent un grand attrait chez la plupart des individus. Ils nous fascinent et en monter un nous élève au-

dessus du matériel, de l'ordinaire, et régénère notre sens du pouvoir. Monter à cheval a été assimilé à voler par plus d'un poète au cours du temps. Les chevaux représentent le vent et même l'écume de la mer. Ils se sont vus attribuer des pouvoirs de divination. Plus d'une légende parle de la clairvoyance des chevaux et de leur aptitude à reconnaître ceux qui sont impliqués dans la magie. Ils sont des symboles qui peuvent exprimer le côté magique des humains.

Le symbolisme des chevaux est complexe. Il peut exprimer le mouvement et le voyage, ou encore se manifester pour vous aider à vous déplacer. Le cheval a été un symbole du désir – particulièrement sexuel. L'étalon était souvent utilisé comme un symbole de sexualité. Le domptage d'un étalon était alors celui de la sexualité et des émotions dangereuses. Comme dans le cas de nombreux animaux domestiques, il existe une grande variété de chevaux – chacune ayant ses propres aptitudes et caractéristiques. Équitation, labour, traction : le cheval a assumé quantité de fonctions. Pour comprendre votre propre cheval totem, essayez de déterminer dans quelle catégorie, voire race, il s'inscrit. Comme les chiens, les chevaux sont élevés aujourd'hui à des fins spécifiques et identifier celles-ci pourra vous aider à comprendre quelle sera sa fonction dans votre vie.

Examinez votre totem au regard de vous-même. Quelle est sa couleur ? Quelle est sa race ? De quel genre de cheval s'agit-il ? Comment vous apparaît-il ? Est-ce un cheval de course ? Est-il toujours perçu debout ? Vous voyez-vous le monter ou le regarder ?

Si un cheval s'est présenté dans votre vie, il est peut-être temps de vous intéresser à des questions de voyage ou de liberté dans votre existence. Vous sentez-vous comprimé ? À l'étroit ? Avez-vous besoin de partir ? De déménager ? Ou vous faut-il laisser des personnes de votre entourage partir ? Est-ce le moment d'affirmer votre indépendance et votre pouvoir dans de nouveaux secteurs ou domaines ? Jouez-vous votre rôle pour maintenir la civilisation dans votre environnement ? Et ceux qui vous entourent assument-ils leur part de travail de ce point de vue ? Rendez-vous

hommage à ce que cette civilisation vous a apporté ?

Le cheval apporte de nouveaux voyages. Il vous apprendra comment chevaucher dans de nouvelles directions pour découvrir et réveiller votre liberté et votre pouvoir.

CHÈVRE DES ROCHEUSES (CHÈVRE DE MONTAGNE)

Points clés : Agilité, aplomb et recherche de nouvelles hauteurs

Cycle de puissance : Fin de l'automne et début de l'hiver

Tous les traits spécifiques de la chèvre des Rocheuses lui permettent de survivre dans les plus hautes altitudes des régions montagneuses. Sa laine épaisse l'isole du froid et la grande flexibilité de son squelette l'aide à grimper. Même ses pattes se sont adaptées à leur environnement. Tous ceux qui ont une chèvre des Rocheuses pour totem seraient bien inspirés d'étudier la signification de son cadre de vie – les régions de haute montagne.

La chèvre des Rocheuses est remarquée pour son habileté dynamique à l'escalade. Ses sabots sont comme des pinces, aidant à s'agripper quand elle gravit des saillies abruptes. Les coussinets sous ses pattes opèrent comme des ventouses, ce qui lui donne une plus grande agilité encore. La chèvre de montagne est capable de se tenir sur ses pattes arrière et de se hisser vers le haut avec les pattes avant. Même les petits sont capables de se

tenir debout dès la naissance et de commencer à grimper peu après.

Leur système squelettique éminemment flexible est très significatif. Constitué d'os et de cartilages, il structure toute la charpente du corps et facilite ses mouvements. Si une chèvre de montagne se présente comme totem, posez-vous quelques questions importantes : Disposez-vous du soutien nécessaire quand vous vous déplacez dans de nouveaux secteurs ? Fournissez-vous le soutien nécessaire aux autres quand ils se déplacent ou déménagent ? Vous montrez-vous trop inflexible quand vous explorez de nouvelles opportunités ? Ressentez-vous un manque ou un besoin de soutien ? Est-ce que quelque chose ne va pas dans la structure de base de votre vie ?

La chèvre de montagne peut, bien évidemment, descendre beaucoup plus vite qu'elle ne grimpe. La flexibilité de sa colonne vertébrale et l'agilité de ses pattes lui permettent de manœuvrer sur des corniches et des sentiers périlleux où d'autres animaux se tueraient. Cette chèvre proche du chamois est connue pour faire des sauts de plus de dix mètres pour atteindre de petites saillies, à peine assez larges pour s'y tenir. De nouveau, cela en dit beaucoup sur la flexibilité de son squelette, mais aussi sur la capacité de l'articulation de ses genoux à absorber les chocs. La chèvre de montagne détient la connaissance des moyens de se déployer et d'atteindre de nouvelles hauteurs et de nouveaux buts. Elle peut vous apprendre à avoir confiance en vos aptitudes à retomber sur vos pieds.

Cette chèvre a des liens avec le signe astrologique du Capricorne. Vous pourrez considérer cette période de l'année comme étant un moment approprié pour faire aboutir des déplacements ou les amorcer. La chèvre a pu se montrer pour que vous vous prépariez. Tous ceux qui l'ont comme totem vont pouvoir étudier les qualités et caractéristiques associées au signe du Capricorne.

En raison de sa connexion avec les types d'énergies du Capricorne, posez-vous d'autres questions essentielles : Êtes-vous trop sérieux ? Ou pas ? Vous préparez-vous assez

sérieusement aux déplacements imminents dans votre vie ? La chèvre peut suggérer un temps de travail et d'études studieuses et assidues, mais elle peut aussi apporter une aide certaine quand l'ambition et les comportements opportunistes nous échappent.

Les cornes de la chèvre de montagne lui confèrent la capacité de percevoir ce qu'il y a devant elle, dans le futur, et, avec son don inné pour l'escalade, elle révèle la manière dont vous pouvez personnellement réussir au mieux votre avenir. Les chèvres de montagne se battent avec leurs cornes. Quand elles sont menacées, elles se mettent en cercle et essayent d'encorner leurs adversaires. Elles sont connues pour être capables de tuer des grizzlys avec leurs cornes.

L'épaisse fourrure de la chèvre lui permet de résister aux conditions hivernales rigoureuses. De nouveau, ce point est très révélateur des aptitudes de cet animal en tant que totem. Il peut vous aider à rester concentré et à progresser, pas précaire après pas précaire, vers de nouvelles hauteurs, tout en vous protégeant constamment contre les pires conditions de vie. Il n'est pas rare de voir une chèvre de montagne se présenter comme totem temporaire quand les conditions deviennent difficiles et quand nous avons peur de glisser et de retomber en arrière. Ses énergies nous aident à rétablir l'équilibre, à retrouver une perspective et à reprendre l'ascension.

La chèvre peut aussi vous relier à des vies passées associées à la Grèce. Elle apparaît en effet de manière importante dans la mythologie grecque. Ce caprin a des liens avec le dieu de la Nature, Pan, et avec la chèvre Amalthée et la corne d'Abondance. Une étude de la tradition les concernant vous fournira des éléments sur le rôle que la chèvre jouera dans votre existence.

Si la chèvre de montagne a grimpé dans votre vie, c'est le moment d'entamer de nouvelles ascensions et de nouvelles entreprises. Vous n'aurez pas pour autant besoin de vous précipiter dans celles-ci. Avec une claire vision du futur, vous verrez ce qu'il y a devant vous et vous pourrez avancer avec plus de sûreté.

CHIEN

Points clés : Fidélité et protection

Cycle de puissance : Toute l'année

Les chiens sont des canidés domestiques. Leurs frères sauvages sont les coyotes et les loups qui devraient donc être étudiés parallèlement. Compagnons des humains, les chiens leur fournissent une protection fidèle. Chaque chien et chaque race ont leurs propres qualités particulières. De nombreuses races de chiens ont été conçues à des fins spécifiques. Étudier l'histoire de la race de votre chien vous aidera à définir le type d'énergie de ce totem.

Des chiens différents signifieront des choses différentes. Les bergers étaient faits pour protéger et contribuer à la garde des troupeaux d'animaux de ferme. Certains chiens étaient dressés spécifiquement pour des activités sportives – chasse et recherche (de personnes, de choses…). Donc ils auront des qualités qui leur seront particulières : un amour de l'eau, un besoin de courir… Certains chiens disposent d'un mélange de qualités issues de différentes races, ce qui nous rappelle que nous sommes tous uniques.

Examinez les qualités de la race de votre chien, mais aussi celles qui sont propres à ce dernier, spécifiquement. Cela vous révélera bien des éléments sur l'énergie qui lui est associée. Étudiez sa personnalité. Comment se comporte-t-il la plupart du temps ? Qu'est-ce que cela dit de vous-même ? Plus haut dans le présent ouvrage, j'ai donné un exemple montrant à quel point mes quatre chiennes sont uniques et comment je me sers de leurs comportements comme autant de messages pour moi-même. Si ma chienne Cheyenne – qui est d'ordinaire réservée et solitaire – se montre chaleureuse et me harcèle pour que je joue avec elle, cela m'indique généralement que j'ai besoin de sortir, de voir du monde et de me distraire un peu. Nos animaux peuvent nous dire beaucoup de choses.

Le chien est un puissant totem, qui manifeste la fidélité et l'amour d'un bon compagnon. Souvent, il est plus facile pour les individus de commencer à travailler avec des totems domestiques qu'avec des animaux sauvages.

La plupart des tribus amérindiennes avaient des chiens pour les protéger et les avertir, mais les chiens ont eu une importance symbolique dans d'autres sociétés. En Inde, le chien est un symbole de tous les systèmes des castes, exprimant l'idée du petit devenant grand. Dans le christianisme primitif, il symbolisait la garde de quelque chose (à l'image du chien berger) et ainsi devint-il même une allégorie du prêtre (le « pasteur » ou le « berger »). En Grèce, il était un compagnon des morts et un gardien des lieux qui leur étaient dédiés. Les chiens ont aussi été des symboles de maternité, car ils sont des parents très attentionnés et protecteurs.

Il faut en faire beaucoup pour démoraliser un chien. Il a une formidable inclination à l'amour, même quand il a été trompé. Sa bonne humeur, son envie d'aimer et d'être un bon compagnon sont immenses.

Observez votre chien. Cela vous en dira beaucoup plus que

nous ne pourrons jamais le faire ici. Si le chien est entré dans votre vie comme totem, posez-vous quelques questions : Qu'est-ce que cela dit de votre besoin de compagnon ou de l'absence de compagnon dans votre vie ? Êtes-vous fidèle ? Les autres le sont-ils dans votre entourage ? Manifestez-vous un amour inconditionnel ou en recevez-vous le témoignage ? Avez-vous besoin de mieux protéger votre territoire ? Avez-vous besoin de jouer un peu plus ? Êtes-vous fidèle envers vous-même ? Votre moral aurait-il besoin d'être un peu remonté ? Et celui des personnes de votre entourage ? Examinez votre territoire. Le chien connaît le sien. Il sait où il habite. Et s'il s'est montré à vous, ses énergies et ses enseignements vont vous toucher personnellement.

CHIEN DE PRAIRIE

Points clés : Communauté

Cycle de puissance : Printemps et été

Aucun autre animal – hormis peut-être le loup – n'illustre plus parfaitement l'idée de communauté que le chien de prairie. Le chien de prairie est toujours en activité. C'est un membre de la famille des écureuils (les xérinés, une sous-famille des sciuridés) et il en existe deux espèces principales : le chien de prairie à queue noire – qui est la plus commune et qui vit principalement dans les plaines – et le chien de prairie à queue blanche – qui vit dans les montagnes et n'est pas aussi sociable.

Les chiens de prairie vivent dans des « villes », des réseaux de tunnels. Leurs terriers sont un regroupement de plusieurs tunnels et de chambres individuelles. Leurs villes sont divisées en clans ou coteries, c'est-à-dire en communautés dont les membres dépendent les uns des autres. Chaque partie des villes est habitée par des membres de « clans » distincts.

En creusant les tunnels, ils rejettent la terre derrière eux, ce qui finit par donner un petit monticule au-dessus de l'entrée au niveau du sol. Puis ils coupent les plantes autour de l'entrée du terrier pour guetter plus facilement les prédateurs. Les guetteurs donnent l'alarme avec des petits jappements aigus ressemblant à l'aboiement des chiens.

Le principal prédateur du chien de prairie était le putois à pieds noirs (dont le nom anglais principal est *black-footed ferret*, mais une variante est le *prairie dog hunter*, « chasseur de chien de prairie ») qui n'existe plus qu'en captivité. Des tentatives pour le réintroduire dans la Nature n'ont eu qu'un succès très limité. Si bien qu'aujourd'hui, les premiers prédateurs du chien de prairie sont les chouettes et les serpents ; comme chaque fois, ceux-ci devront être étudiés par ceux qui ont un chien de prairie totem.

Les chiens de prairie mangent de l'herbe et des plantes. Ils boivent rarement de l'eau et se contentent de la rosée et de l'humidité des plantes. En hiver, ils vivent essentiellement sur leurs réserves de graisse.

Les individus ayant un chien de prairie pour totem pourront avoir à s'assurer que leur alimentation comprend beaucoup de légumes. L'absorption d'eau ne sera pas très importante pour eux tant qu'ils consomment régulièrement de grandes quantités de légumes frais. Ces individus risquent de manifester une sensibilité au soleil et des lunettes de soleil leur seront très utiles. Les chiens de prairie ont des lentilles orangées dans les yeux pour filtrer la clarté solaire. Cela leur est très utile puisqu'on les voit fréquemment prendre des bains de soleil.

Les chiens de prairie sont des animaux très sociables. Ils se saluent en s'embrassant et en s'étreignant. Bouches ouvertes, ils se touchent réciproquement les dents. Ils adorent donner des

marques d'affection. Si un chien de prairie se présente comme totem, examinez votre propre sociabilité. Êtes-vous sociable ? Asocial ? Et les personnes de votre entourage le sont-elles ? Restez-vous solitaire quand vous ne le devriez pas ? Avez-vous besoin de témoigner de plus d'affection que par le passé ?

Observez votre sens de la communauté – qu'il s'agisse du contexte familial, professionnel ou social. Participez-vous pleinement à la communauté ? Et votre entourage le fait-il ? Avez-vous besoin d'apprendre à vivre avec les tiers, chacun se partageant les responsabilités ? Les chiens de prairie indiquent généralement qu'il va y avoir des changements dans votre perception de la vie communautaire et dans votre participation à celle-ci. Ces leçons peuvent s'étendre sur une période de cinq à sept ans, soit la durée de vie ordinaire d'un chien de prairie.

Parce que celui-ci est un terrassier qui creuse des terriers, si un chien de prairie se montre en tant que totem, vous pouvez vous demander ce que vous auriez à creuser dans différents aspects de votre vie. Avez-vous besoin de vous impliquer plus profondément dans l'existence de votre entourage ? Et à l'inverse, êtes-vous trop profondément impliqué ?

Si beaucoup de personnes considèrent les chiens de prairie comme des fléaux qui devraient être éradiqués, ils jouent un rôle de valeur dans la Nature. Leurs creusements aèrent le sol, ce qui permet aux plantes de pousser plus facilement. Leurs terriers permettent à l'humidité de mieux s'introduire sous la surface du sol. Quand le chien de prairie se présente à vous, il est donc généralement temps de vous impliquer plus activement au sein de la collectivité. Des changements sont nécessaires. Impliquez-vous et ne laissez pas les éventuelles accusations de tiers vous dissuader de participer.

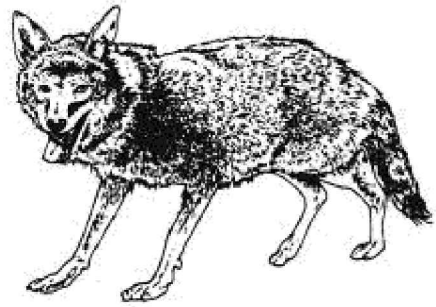
COYOTE

Points clés : Sagesse et humilité

Cycle de puissance : Toute l'année

Le coyote a une formidable capacité d'adaptation. La tradition

nord-amérindienne à son propos est aussi riche qu'abondante. Il est créateur et farceur. Beaucoup de magie lui a été associée, mais elle ne fonctionne pas toujours. Même dans ce dernier cas, elle sert à quelque chose. Il y a toujours une sagesse cachée là où le coyote est impliqué.



De bien des manières, le coyote est pour les Indiens des plaines ce que le corbeau est pour les peuples du Nord-Ouest – créateur, instructeur et gardien de la magie. Tous deux sont joueurs et aiment s'amuser. Tous deux sont habiles, plein de talents divers, mais vont souvent chercher des moyens de faire les choses sans avoir besoin d'utiliser leurs propres savoir-faire. Ils s'efforcent fréquemment de trouver des raccourcis. Tous nous incitent à ne pas devenir trop sérieux et nous rappellent que tout est possible.

Dans de nombreux contes, le coyote rend les choses plus compliquées qu'elles n'ont besoin de l'être. Si cet animal se présente comme totem, vous allez pouvoir vous poser certaines questions : Êtes-vous trop sérieux ? Et ceux qui vous entourent ? Avez-vous oublié que la récréation (*re*-création), le moment de se détendre et de recharger ses batteries, est essentielle pour la santé ? Compliquez-vous des choses qui sont en réalité simples dans votre vie ? Est-ce que quelqu'un vous joue des tours ?

Le coyote enseigne l'équilibre de la sagesse et de la folie et vous montre comment les deux vont de pair. L'image du fou sage a été utilisée dans la tradition de très nombreuses sociétés

humaines. C'est l'individu qui paraît simplet alors que ses paroles et ses actions renferment une bien plus grande sagesse qu'on ne pouvait le croire initialement. Voyez-vous la sagesse dans votre vie et dans les événements qui s'y déroulent ? Si ce n'est pas le cas, le coyote va pouvoir vous aider à le faire.

Dans le tarot, il y a la carte du « fou », le Mat. Il sera bon que tous ceux qui ont un coyote totem méditent dessus. Ses énergies sont liées à la simplicité et à la confiance. C'est la carte qui permet de développer le calme, l'apaisement dans le chaos de la vie. Elle stimule et régénère l'innocence, et elle réveille une sagesse enfantine en réaction au monde environnant. Cette carte nous rappelle que les vrais maîtres de sagesse ont un merveilleux sens de l'humour. Grâce au coyote, nous apprenons à redevenir des petits enfants en réveillant l'intellect, la créativité, l'esprit artistique et toutes nos facultés intuitives.

Bien que souvent vu par de nombreuses communautés comme un fléau à éliminer, le coyote est parvenu à étendre son aire de répartition. On le trouve pratiquement dans tous les États-Unis d'Amérique. Il y est parvenu parce qu'il s'est servi de sa vive intelligence et de sa capacité d'adaptation. Il chassait surtout à l'aube et au crépuscule. Aujourd'hui, c'est la nuit qu'il est le plus actif. Il a fait évoluer sa pratique pour éviter les autres chasseurs.

Le coyote utilise souvent des techniques de chasse coopératives. Il a un système bien organisé pour traquer et épuiser de petites proies. La chasse s'effectue par relais. Tandis qu'un coyote se repose, un autre donne la chasse. Cette sorte de coopération donne une idée des énergies que le coyote peut amener dans votre vie – une capacité à stimuler la coopération, justement, pour accomplir des tâches importantes de la manière la plus efficiente. Parfois, on a pu voir un coyote faire équipe avec des blaireaux pour la chasse, ce qui démontre encore une fois l'aptitude de l'animal à s'adapter à toutes les situations.

Le hurlement est une des caractéristiques les plus significatives de ce prédateur. On considère généralement que celui-ci est un signe social. Il peut exprimer la solitude, avertir du danger ou appeler à l'aide. Il touche jusqu'à l'âme ceux qui l'entendent en

faisant remonter à la surface les connexions primales.

Une tanière de coyote peut se trouver n'importe où. Généralement, sa préférence va au flanc d'une colline près d'une source d'eau. Le coyote réintègre souvent le même terrier pour toutes ses portées, mais il y demeure rarement toute l'année. En somme, ce lieu est l'un de ceux dans lequel il vient travailler. Ce type de comportement est commun à ceux qui ont cet animal pour totem. Ils sont très efficaces quand ils travaillent dans un endroit, mais ne vont pas se limiter strictement à celui-ci. Cela suggère qu'ils ont besoin d'une stimulation mentale. Et ceux qui ont ce totem en ont bien besoin.

Le coyote a une famille très soudée. Il s'accouple souvent pour la vie. Le père est très consciencieux et participe au soin, à l'alimentation et à l'éducation des petits. Les deux parents apprennent à leur progéniture les techniques de chasse. Le mâle s'occupe de la femelle tout le temps de la gestation : il la protège et la nourrit. Si quelque chose arrive à la mère, le mâle s'occupe seul des jeunes.

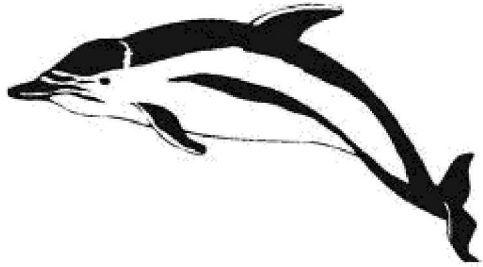
Le coyote est l'un des animaux les plus fascinants et il n'est pas facile à enfermer dans une catégorie particulière. Il est rempli de paradoxes, mais au cœur de son énergie réside l'équilibre entre sagesse et folie qui donne une vie épanouissante.

DAUPHIN/MARSOUIN

Points clés : Le pouvoir de la respiration et du son

Cycle de puissance : Toute l'année

Le dauphin est un mammifère aquatique. Beaucoup de personnes croient que les dauphins et les baleines sont des poissons, mais ce n'est pas le cas. Ils allaitent et possèdent la plupart des qualités qui distinguent les mammifères des autres espèces animales. Le plus grand membre de la famille des dauphins (delphinidés) est l'orque, qui incarne aussi la qualité de la patience.



Le fait que les dauphins vivent dans l'eau est très significatif. De très nombreux mythes racontent comment la vie commença dans les eaux primordiales. L'eau est le symbole de la création, de la passion et même de la sexualité. C'est l'élément de toute existence. L'eau symbolise aussi de nouvelles dimensions et de nouvelles forces.

Dans une grande mesure, les dauphins peuvent donner accès à une nouvelle création et à ces nouvelles dimensions. L'eau est essentielle à la vie, mais le souffle aussi. De nombreuses techniques de respiration enseignent comment une utilisation idoine du souffle peut induire des états modifiés de conscience et permettre de s'aligner sur les nouvelles dimensions évoquées et la vie en général. Apprendre les techniques de respiration peut vous aider à devenir plus passionné et sensuel, et à guérir le corps, l'âme et l'esprit. Par exemple, les tensions et le stress peuvent être soulagés en imitant simplement le souffle jaillissant que le dauphin produit en faisant surface. Les personnes souffrant de problèmes pulmonaires ou respiratoires pourront obtenir de grands bénéfices en s'alignant sur la médecine du dauphin.

Le dauphin a un rythme particulier de respiration et de nage. Apprendre à respirer comme un dauphin peut être bénéfique. Le contrôle de la respiration est la clé pour accéder au pouvoir du dauphin. Quand vous pouvez vous aligner sur le dauphin par l'intermédiaire de la respiration, vous pouvez vous attendre à voir celui-ci vous emmener vers tous les lieux et les temps qui existaient avant que les grandes mers aient recouvert la majeure partie du monde. Le dauphin peut vous guider vers des cavernes

souterraines et la genèse de vous-mêmes.

Le dauphin a aussi un don d'écholocation grâce à un sonar. Il utilise une série d'ondes sonores (clics) et interprète le retour (*feed-back*) de ces clics une fois que le son a rebondi sur un obstacle. Le son, la respiration et l'eau sont tous considérés comme les sources de la vie. Le son est la force vitale créatrice. Il est sorti de la matrice du silence et a créé toute chose. Apprendre à créer des sons internes pour pouvoir engendrer des manifestations externes fait partie de ce que le dauphin peut vous enseigner.

Le son requiert du souffle, et l'eau est l'élément créatif informé que nous pouvons modeler en n'importe quelle sorte de manifestation, si nous savons comment combiner le souffle et le son. Le caractère sacré du son et du souffle a été professé par de nombreuses sociétés. Dans la cosmologie babylonienne, les dieux formés par la déesse Tiamat dans les eaux primordiales de la vie ne commencèrent à réellement vivre qu'après qu'elle les eut appelés.

Le dauphin peut vous montrer comment pénétrer dans les eaux de la vie, puis, une fois là, comment, par le son et le souffle, appeler et faire sortir des eaux ce dont vous avez le plus besoin ou que vous désirez le plus. Des techniques de respiration et de sonorisation essentielles permettent de susciter une manifestation. Si nous ne les utilisons pas correctement, nous constatons que nos prières ne reçoivent pas de réponse et que nos affirmations se manifestent d'une manière quelque peu obtuse. Mais le dauphin peut nous montrer comment procéder correctement (vous pouvez aussi vous référer à mon précédent ouvrage, *Sacred Sounds* [*Sons sacrés*], pour obtenir plus d'informations sur cette question).

Le dauphin était un symbole de salut pour les premiers chrétiens. Pour les Grecs, il était un messager sacré des dieux, un bienheureux symbole dynamique de la mer. Pour ces raisons, il était rarement tué. Le dauphin fait souvent montre d'un comportement altruiste. Il a un grand cerveau et une grande intelligence. Même aujourd'hui, au lieu de se méfier des humains

qui pourraient le tuer, il apprécie leur compagnie, et sa curiosité le pousse à s'approcher des hommes.

Si le dauphin se présente comme totem, voilà quelques questions importantes à se poser : que créent pour vous vos paroles et vos pensées ? Si vous n'en êtes pas sûr, quand le dauphin apparaît, vous allez rapidement le découvrir. Sortez-vous au grand air et appréciez-vous l'air frais ? Résistez-vous aux tensions ? Et les autres autour de vous ? Quand le dauphin se montre dans votre vie, il est temps d'insuffler une nouvelle vie en vous-même. Sortez, jouez, explorez et, par-dessus tout, respirez.

ÉCUREUIL

Points clés : Activité et préparation/anticipation

Cycle de puissance : Toute l'année

L'écureuil est un animal familier pour tout le monde. Il appartient à la famille des rongeurs et on le voit souvent s'activer, comme s'il était toujours occupé ou débordant d'énergie. Il peut être assez sociable, mais il n'aime pas les écureuils étrangers. Il grappille souvent de la nourriture et creuse des trous dans la terre pour y stocker des noisettes et d'autres aliments en prévision de temps ultérieurs. Son odorat très affûté lui permet de retrouver ses caches de nourriture, même s'il a oublié où il a enterré ses noisettes.

L'écureuil gris

Les écureuils paraissent toujours actifs et affairés, faisant tout rapidement. Ils passent une grande partie de leur temps à collecter et stocker la nourriture dont ils vont avoir besoin pendant l'hiver, comme ils n'hibernent pas. Pour s'y préparer, ils mangent beaucoup, prennent du poids et leur fourrure épaissit. Ils sont des symboles de préparation et d'activité.

Il existe deux espèces principales d'écureuil : le gris et le roux. On connaît aussi l'écureuil noir qui est une branche plus agressive du gris. L'écureuil gris se rencontre le plus souvent en ville, tandis que le roux est plus répandu dans les forêts.

Et n'oublions pas l'écureuil volant – qui, en réalité, ne « vole » pas. Sa peau s'étire, ce qui lui permet de planer d'arbre en arbre ou de sauter paisiblement d'un arbre vers le sol. À la différence des écureuils gris et roux, c'est un animal nocturne. Et il déteste fortement être dérangé dans la journée. Les chouettes sont généralement les principaux prédateurs des écureuils volants.

Quant aux écureuils roux, ce sont les sentinelles de la forêt. Ils se mettent à jacasser et à grogner quand des étrangers apparaissent. On dirait presque qu'ils transmettent littéralement l'information à tous ceux qui peuvent l'entendre. L'écureuil roux est plus agressif et généralement un meilleur combattant que son cousin gris pourtant plus grand que lui. La martre est le plus dangereux ennemi de l'écureuil roux ; il faudrait donc l'étudier parallèlement. Normalement, les écureuils roux ont deux portées

par an, de deux à sept petits. Au bout de douze semaines, ils sont habituellement capables de se débrouiller seuls. Il sera bon d'examiner ce cycle de douze semaines au regard de votre propre vie si l'écureuil roux y a fait son apparition.

De son côté, l'écureuil gris est le plus commun et le plus enthousiaste des écureuils. Il n'hiberne pas. Il construit son nid dans les creux des arbres ou au sommet de ceux-ci. Les nids sont généralement en forme de balle et leur entrée se trouve sur le côté. Même s'il est plus grand que le roux, s'il est confronté à ce dernier, en général, le gris fuit et évite le combat. Ses principaux prédateurs sont les renards et les rapaces comme la chouette et la buse. Les écureuils gris – à l'instar des roux – ont normalement deux portées par an. Et pareillement, les petits seront d'ordinaire autonomes en douze semaines environ.

Tous les écureuils peuvent être assez sociables. Ils se bagarrent pour jouer et sont extrêmement observateurs et imitateurs. C'est même en imitant leurs congénères qu'ils ont observés qu'ils apprennent. Les personnes qui ont un écureuil totem apprennent mieux en faisant qu'en étudiant.

Les écureuils sont aussi assez communicatifs. Leurs « bavardages » peuvent souvent être entendus dans les arbres quand ils sont dérangés ou quand ils jouent. Leur queue touffue ajoute à leur expressivité, tout en leur fournissant chaleur, ombrage et équilibre. L'écureuil exprime souvent des émotions à l'aide de mouvements rapides de la queue.

Chaque écureuil est unique et sa médecine est activée différemment selon les individus. Si un écureuil gambade dans votre vie, examinez votre propre activité et votre niveau de préparation. Êtes-vous trop actif ? Pas assez actif ? Planifiez-vous l'avenir – proche ou lointain – ou pas du tout ? Devenez-vous trop fantasque – courant partout sans jamais rien accomplir ? Avez-vous besoin d'apprendre à économiser et à stocker, voire à vous rationner à des degrés quelconques – y compris en ce qui concerne l'argent, le temps, l'énergie, etc. ? Avez-vous peur de manquer ? De ne jamais avoir assez ? Êtes-vous obnubilé par le fait de collecter et d'accumuler ? Accumulez-vous sans rien

donner ?

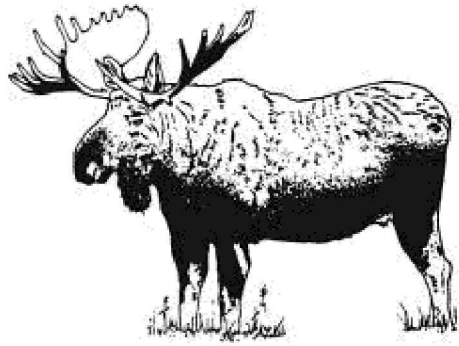
Les écureuils peuvent nous apprendre à trouver un équilibre dans le cycle collecte-don. Si nous faisons trop de l'un ou de l'autre – si nous accumulons trop ou donnons trop –, l'écureuil se montre pour nous aider. Les écureuils sont les maîtres de la préparation, mais ils nous rappellent aussi que, dans la poursuite de nos buts, nous devons quand même nous accorder du temps pour voir du monde et nous détendre. Le travail et la récréation vont de pair, sinon le premier créera des problèmes et deviendra plus difficile et moins fécond.

ÉLAN (ORIGNAL)

Points clés : Énergies féminines primordiales et magie de la vie et de la mort

Cycle de puissance : Fin de l'automne et début de l'hiver (novembre) – période où s'approchent les ombres

L'élan (orignal au Canada) est un des plus anciens et des plus singuliers des totems de pouvoir. Chez les Indiens algonquins, il était appelé *mong-soa* ou « mangeur de brindilles ». Pour les Indiens athabaskans d'Alaska, il est *dineega*. Pour ces derniers, il existait une relation formidable entre « corbeau » et « élan ». Dans leurs traques, les chasseurs athabaskans protégeaient corbeau et lui parlaient constamment car ils savaient qu'il contribuait à mettre en forme le monde. Et ils le priaient encore pour lui demander de les aider à chasser élan. Ainsi, l'apparition d'un élan était considérée comme un don sacré spécial. Pour tous ceux qui s'alignent avec ce cervidé – quelle que soit la forme de cet alignement –, une énergie unique et sacrée s'ouvre.



L'élan est un animal non dénué de contradictions. Il est étrange, mais majestueux. Il paraît gauche et pourtant il se montre formidablement gracieux. Alors qu'il peut nous faire sourire, il est aussi susceptible de nous faire retenir notre souffle. Ceux qui ont un élan totem risquent de se voir prêter les mêmes sentiments contradictoires par les tiers.

À part pendant la saison d'accouplement, c'est un animal essentiellement solitaire avec une prédisposition unique pour tirer parti de son territoire – qu'il s'agisse d'un lac, d'un étang, d'une prairie, d'une plaine ou d'une forêt d'épineux. Ceux qui l'ont comme animal de pouvoir auront cette même aptitude.

En dépit de sa grande taille et de sa puissance, l'élan possède un don incroyable pour se camoufler. Et il ne manque pas de s'en servir à son avantage. Ceux qui s'harmonisent avec l'élan vont aussi pouvoir le faire. Une partie de cette pratique repose sur le vieil art traditionnel de l'invisibilité, mais elle s'appuie également sur un aspect de la métamorphose. Cet exceptionnel « camouflage métamorphique » se retrouve particulièrement dans la vie du personnage de Merlin. Quand il était convoqué par les rois ou qu'il avait besoin de se trouver des alliés, il se déplaçait discrètement sous l'apparence d'un pauvre berger, d'un bûcheron ou d'un paysan. Même les souverains ne le reconnaissaient pas sous ses déguisements. L'enchanteur a couramment utilisé cette pratique.

En dépit de sa taille, l'élan sait parfaitement se déplacer

silencieusement et rapidement. Son apparence gauche est déroutante et trompeuse. C'est cette « mystification » qui lui permet de si bien survivre. L'une des raisons de cette aptitude est son excellente perception des profondeurs. Il peut très précisément évaluer le caractère praticable et/ou abordable d'un espace, quand d'autres n'y parviennent pas. Il peut, par exemple, très bien se mouvoir dans de grandes profondeurs de neige ou dans des marais qui seraient un véritable obstacle pour de nombreux autres, ou qui les feraient trébucher. Cette même capacité peut être réveillée, renforcée et même enseignée à ceux qui s'alignent sur la médecine de pouvoir de l'élan.

Ce grand cervidé est souvent associé aux énergies féminines, les forces maternelles du monde, et ceux qui s'harmonisent avec lui vont voir ces forces s'éveiller. Une partie de cela tourne autour de l'association avec l'eau. Cette dernière est le symbole primordial des forces féminines de l'univers, de la créativité et des formes dynamiques de l'intuition et de l'illumination mentale.

Des histoires des Indiens pentagouets (*Penobscots*) du Maine racontent que, jadis, l'élan était la baleine, le plus grand mammifère aquatique. Quant aux Indiens micmacs de Nouvelle-Écosse (*Nova Scotia*, Canada), ils rapportent que lorsque l'élan est trop intensément chassé, il retourne à la mer.

Il est important que tous ceux qui s'alignent sur le pouvoir de l'élan comprennent bien l'association avec l'eau et la mer. C'est de cette dernière que toute chose vient, et vers elle que toute vie retournera. C'est la grande matrice de l'univers. On voit souvent l'élan dans les zones aquatiques, les marécages ou les lacs.

Les élans ont même une capacité unique à plonger au fond des lacs. Ils peuvent y rester pour trouver de la nourriture jusqu'à une bonne minute, avant de refaire surface dans une gerbe d'eau et avec des herbes fraîches pendillant de la gueule. Ceux qui veulent travailler avec la totalité du pouvoir de l'élan devront étudier soigneusement cette caractéristique et méditer dessus. Elle reflète la capacité de l'individu à retourner dans les profondeurs et à en tirer subsistance et nouvelle vie. L'élan peut enseigner le moyen de se déplacer du monde extérieur vers le

monde intérieur. Il peut nous montrer comment passer de la vie à la mort avant de revenir à une vie plus forte. Il nous apprend comment utiliser à notre profit le fil ténu séparant la vie de la mort. Il n'est pas rare de voir des individus bénéficiant d'une puissante médecine de l'élan œuvrer au recouvrement d'âmes (*soul retrieval*).

Ce travail avec la vie et la mort et avec les énergies et les formes de vie qui évoluent à ces deux niveaux est illustré dans la tradition des Indiens athabaskans. Pour ce peuple, le *potlatch* (que l'on peut traduire par « [repas-]échange » ou « [repas-]don ») est une cérémonie mémorielle pour aider à faire partir l'esprit du défunt. Cette pratique se fonde sur la croyance selon laquelle, lorsque l'individu meurt, il ne part pas tout de suite. Il reste dans les parages et on lui prépare de la nourriture pour qu'il mange. D'abord, on le fait tous les jours, puis un jour sur deux, puis une fois par semaine, et ainsi de suite pendant un an – au terme de cette année, on sert un grand *potlatch* mémoriel. Ce dernier inclut le partage d'une nourriture spéciale, particulièrement composée d'une soupe de tête d'élan, qui est sacrée parce qu'elle n'est pas souvent disponible. Cet office permet à l'esprit de partir.

Cette pratique en dit beaucoup sur la médiumnité et l'aptitude inhérentes de ceux qui s'alignent sur la médecine et l'énergie de l'élan à travailler avec les esprits des morts. Les personnes « élan » peuvent apprendre à pénétrer dans les eaux glacées du néant (mort) et à en revenir.

Une autre raison expliquant l'association de l'élan avec les énergies féminines/maternelles primordiales de l'univers est le caractère extrêmement protecteur de la femelle avec ses petits. Très peu de créatures peuvent rivaliser avec le comportement de la femelle élan à l'endroit de sa progéniture. Elle manifeste une grande énergie maternelle qui participe d'une force primordiale.

L'élan possède un odorat et une ouïe extrêmement développés. Le sens de l'odorat a ses équivalents spirituels et/ou métaphysiques : l'idéalisme émotionnel et le discernement spirituel. Quant à l'ouïe, elle confère à l'homme le don de la clairaudience et de la compréhension spirituelle. Quand l'élan

s'aligne sur un individu (c'est généralement ce qui se produit plutôt que l'inverse ; ce n'est pas l'homme qui s'aligne sur l'élan), l'individu devrait faire plus attention à cette voix intérieure et à son sens de l'odorat. Les choses sentent-elles bon ou mauvais – même si vous ne pouvez déterminer pourquoi ? Fiez-vous à vos ressentis, car ils vont se préciser très vite.

Les élans naissent avec les yeux ouverts, ce qui est très significatif. La plupart de ceux qui sont ouverts à la médecine de l'élan et sont en résonance avec celle-ci naissent avec les yeux intérieurs déjà ouverts. Il n'est pas rare de voir de tels individus se décourager quand ils cherchent à « allumer ces lumières intérieures » et qu'ils entendent d'autres personnes décrire le réveil de leurs propres capacités psychiques et intuitives. Mais ces individus « élan » doivent comprendre qu'ils sont nés avec leurs lumières intérieures déjà allumées, donc qu'ils n'ont plus besoin de les allumer et qu'ils ne connaîtront pas de « déclic » visible. Apprendre à faire confiance à ce qu'on pouvait prendre pour de l'imagination fait partie du travail de maturation du plein pouvoir de l'élan.

Si un bébé élan survit à son premier mois, il a des chances de survivre jusqu'à l'âge adulte. Cela est très révélateur pour la vie de ceux qui sont en harmonie avec cet animal. Il n'est pas exceptionnel que les personnes adoptant la médecine de l'élan voient l'existence leur dispenser ses leçons les plus difficiles (voire les plus traumatisantes) dans l'enfance. Traverser cette épreuve reflète cette capacité innée à puiser dans la force créatrice des eaux féminines de la vie pour se renforcer et s'entretenir. Les deux éléments les plus puissants de l'élan sont ses pattes, capables de couper comme un couteau, et ses bois, aussi décoratifs que défensifs. La tête et les pattes, le haut et le bas, ces deux zones sont les plus sensibles chez les personnes « élan ». La réflexologie plantaire ainsi que les massages de la tête, du cou et la partie supérieure du torse sont importants pour se libérer du stress. Même si aucune recherche n'a été faite sur le sujet, je suppose volontiers qu'un travail craniosacral pourrait faciliter la guérison et apporter beaucoup de bénéfice à ceux qui pratiquent la médecine de l'élan.

Concernant les questions de santé, l'élan est herbivore et, naturellement, c'est très éclairant sur le régime alimentaire de ceux qui s'alignent sur son pouvoir. Cela ne veut pas dire qu'ils doivent devenir végétariens, mais que cette alimentation doit constituer une grande part de leur régime. Cela signifie aussi que leur corps répond plus fortement aux thérapies alternatives à base de plantes, type phytothérapie, qu'aux médecines chimiques ordinaires.

On ne peut évoquer le pouvoir de l'élan sans traiter aussi de ses bois. Aucun animal n'en a de plus grands. Les bois sont d'anciens symboles d'« antennes » – ou plus précisément de « couronnes » susceptibles d'activer le chakra supérieur de la tête, le chakra couronne, justement.

Seuls les mâles de l'espèce ont des bois, à moins d'un déséquilibre hormonal chez la femelle. Cela veut peut-être signifier que les mâles doivent s'harmoniser encore plus fermement (par l'intermédiaire de ces « antennes ») avec les stimulations intuitives. Le frottement des bois pour enlever le velours (le tissu tégumentaire qui les recouvre) a également beaucoup de sens. Il traduit le besoin de masser la tête pour se libérer du passé car les bois finissent par tomber chaque année.

L'élan est également symbole des énergies sexuelles. L'énergie sexuelle est un reflet physique des énergies créatrices primordiales. Cette énergie a son cycle dans le corps et dans les rythmes annuels.

L'automne est la saison de puissance de l'élan. La fin octobre et novembre est le moment idoine pour honorer l'élan. À cette date, la saison de la chasse est finie en Amérique du Nord. La période d'accouplement, le rut, est passée et un nouveau cycle est sur le point de commencer. Pour ceux qui ont adopté la médecine de l'élan, l'automne est une période puissante. L'odeur des feuilles mortes, le bruit de leur froissement quand on marche dessus touchent et stimulent un noyau primordial, et régénèrent les forces vitales dans l'individu. De nombreuses manières, tout cela est en connexion avec la fête du 1er novembre, la Samhain, la Toussaint, les rituels agraires des fins de moissons et toutes les énergies

traditionnelles associées à cette saison.

L'élan a toujours été un puissant présage. Quand il apparaît dans les rêves, il est l'expression d'une longue et bonne vie. Il était connu pour donner de la force. Et plus d'une tribu indienne croyait que vous pouviez courir trois fois plus vite et trois fois plus longtemps après avoir consommé de l'élan (il ne faut pas ici négliger la signification mystique du nombre trois. C'est le nombre de la création, de l'enfant nouveau-né sorti du ventre de sa mère). Le sabot était réputé comme un bon traitement de l'épilepsie. On savait que l'élan permettait de chasser les maux de tête et les vertiges. En outre, la médecine de l'élan était considérée comme l'antidote aux morsures de serpents.

L'élan ne craint pas d'autre ennemi que le grizzly, mais il est capable de vaincre cet ours redoutable à la course et à la nage. Sa souplesse, sa réactivité, son intuition, ainsi que tous ses sens éminemment développés sont autant d'atouts sur lesquels il peut s'appuyer.

Presque toutes les tribus indiennes du Nord ont des légendes et des récits sur les élans – reflétant encore une fois leur universalité et leur grand mysticisme. Les Menominee du Wisconsin ont même eu un clan de l'élan pendant un certain temps. Les Indiens « flanc-de-chien » (*dogrib*, une des tribus athabaskanes au Sud du Cercle polaire arctique, près du grand lac de l'Ours – *Great Bear Lake* – et du grand lac des Esclaves – *Great Slave Lake*) parlent d'Hottah, un élan de deux ans qui était le plus intelligent de tous les animaux septentrionaux et qui contribua à la création des montagnes Rocheuses.

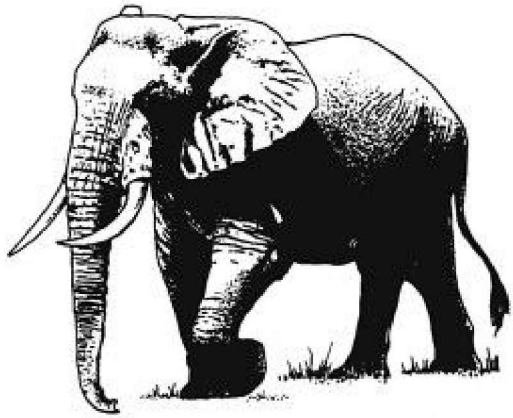
Quand un élan entre dans votre vie, le contact primordial avec la grande force féminine et la matrice de la vie est réveillé. C'est une invitation à apprendre à explorer de nouvelles strates profondes de conscience et de sensibilité en vous-même et dans votre environnement.

ÉLÉPHANT

Points clés : Ancien pouvoir, force et royauté

Cycle de puissance : Toute l'année

L'éléphant est le plus grand des mammifères terrestres vivants. Bien qu'il ne soit pas originaire du continent nord-américain, je l'ai inclus – à l'instar d'autres animaux – dans ce dictionnaire parce que j'ai rencontré beaucoup de personnes pour qui il était devenu un totem significatif. Son ancêtre était le mammouth. Aujourd'hui, il existe encore deux espèces d'éléphants : l'éléphant d'Afrique et l'éléphant d'Asie[7]. L'Africain est plus grand et la forme de ses oreilles est différente.



Un nombre impressionnant de mythes et de traditions tourne autour de l'éléphant. L'éléphant blanc est considéré comme le plus sacré de tous. Cette sacralité est semblable à celle que l'on trouve souvent associée dans les traditions amérindiennes au bison blanc. On dit que les mères des grands instructeurs et des grands maîtres rêveront d'éléphants blancs. Une histoire raconte ainsi que la mère de Bouddha aurait rêvé qu'un éléphant blanc avait pénétré dans son ventre.

En Inde et dans l'Asie du Sud-Est, les éléphants sont vénérés et le symbolisme qui leur est associé est multiple. Ils sont un symbole de royauté et de fertilité. Le dieu hindou de la sagesse et du succès, Ganesh, est généralement représenté avec une tête d'éléphant. Quant au dieu Indra, il assumait plusieurs fonctions

dans lesquelles un éléphant jouait un rôle. En tant que roi des animaux, l'éléphant était la monture royale. En tant que dieu des guerriers, il était l'arme suprême d'Indra. Et en tant que dieu de la pluie, Indra utilisait l'éléphant gris pour faire venir la mousson.

Pour ceux qui le connaissent mal, l'éléphant est à la fois étrange et terrifiant. Une grande partie de ce que croit le commun des mortels sur cet animal est faux. Il n'a pas peur des souris. Il réagit au son, mais pas au mouvement d'une souris. S'il a une bonne mémoire, l'idée qu'il n'oublie jamais rien est une mauvaise interprétation. La seule chose qu'il n'oublie jamais, c'est la personne qui l'a blessé. Il est connu pour chercher à se venger si l'occasion se présente. Par ailleurs, il n'existe pas de « cimetière des éléphants », un lieu particulier où les éléphants sentant leur fin prochaine se rendraient pour mourir. Mais tous ces contes sont très mystiques et symboliques. Les éléphants témoignent de l'intérêt pour les morts et les mourants, au point de pouvoir manifester de la tristesse.

L'éléphant a un symbolisme très auspicieux. Il incarne la force et le pouvoir – en particulier le pouvoir de la libido. Le mâle a plus de chances de s'emballer de manière incontrôlable en période de rut. Pour cette raison, l'éléphant est vu comme un symbole de grande puissance sexuelle.

Du fait de leur taille, de leur couleur et de leur forme, les éléphants et les nuages ont été associés. Les premiers étaient perçus comme des symboles des seconds, et beaucoup croyaient même que les éléphants créaient les nuages. Ceux qui ont un éléphant totem peuvent étudier le symbolisme et la signification des nuages. En général, ils sont des symboles de la brume qui sépare les mondes formés des informés. Ils ont été associés à Neptune, à la prophétie, à la fertilité et même à la famille. Parce qu'ils sont toujours dans un état de métamorphose, ils peuvent refléter la même chose pour ceux qui ont un éléphant totem.

En plusieurs occasions par le passé, j'ai participé au cours de l'été à des événements parapsychiques en extérieur. En ces occasions, pour changer, j'ai fait de l'« interprétation de nuages » en utilisant les formations nuageuses pour stimuler les énergies

psychiques. Je tenais les mains du sujet et levais les yeux vers le ciel. Je disais alors ce que je voyais dans les conglomérats de nuages et comment cela se reflétait dans la vie de l'individu concerné. C'est plaisant à faire et ce peut être une bonne activité pour sortir de l'ordinaire. À chaque fois que j'ai pratiqué cela, l'une des premières choses que je voyais était un nuage en forme d'éléphant. Il m'a fallu des années avant de comprendre cette connexion.

L'un des traits les plus remarquables de l'éléphant est sa trompe. Parce que cet animal a une vue relativement mauvaise, il se fie largement à son odorat. Il respire les odeurs par la trompe et les identifie. Le sens de l'odorat est un symbole séculaire des plus hautes formes de discernement. Ceux qui ont un éléphant pour totem devraient faire attention à ce qui sent bon et à ce qui sent mauvais. Parvenez-vous à discerner cela comme vous le devriez ? Et les autres y parviennent-ils ? Une chose a-t-elle une drôle d'odeur ? Réagissez-vous, surtout si les choses ne sentent pas comme elles le devraient ?

Pour ceux qui ont un éléphant totem, travailler avec des encens et des huiles parfumées peut être une méthode puissante et efficace. Par conséquent, il serait bon pour eux d'étudier et d'utiliser l'aromathérapie. Les huiles et les parfums vous permettront de modifier votre conscience très efficacement.

L'odorat est aussi fermement connecté à l'acte sexuel. C'est l'un des plus puissants stimulants. Les odeurs peuvent devenir aphrodisiaques pour ceux qui ont l'éléphant pour totem. Ce peut être un puissant moyen de séduire et d'être séduit. Cela ne fait que renforcer l'image de l'éléphant en tant que symbole sexuel.

La trompe est très polyvalente. Elle sert à boire, à se doucher et à se défendre. Les éléphants peuvent même se saluer en se touchant la trompe. Cette dernière a deux extensions ressemblant à des doigts. Cette combinaison d'un nez spécialisé et de la lèvre supérieure lui permet de fonctionner pratiquement comme une main. Grâce à elle, l'éléphant peut se nourrir de brindilles, de feuilles et d'herbes que, sans cela, il ne pourrait pas saisir. De nouveau, cela reflète qu'au travers de la grande sensibilité

olfactive que stimule l'éléphant, vous pouvez vous ouvrir à des énergies et à des mondes qui seraient autrement inaccessibles.

Les défenses sont un autre élément important de l'éléphant. Malheureusement, les braconniers tuent un nombre scandaleux d'éléphants d'Afrique simplement pour s'emparer de leurs défenses d'ivoire. Pour quiconque a un éléphant totem, la signification de l'ivoire, d'un point de vue spirituel et métaphysique, devra être examinée. Les défenses servent d'armes et d'outils pour arracher des racines comestibles. Elles créent un lien entre l'éléphant et les choses qui sont en dessous et au-dessus de la terre – une connaissance des plantes et des racines.

La communauté des éléphants est divisée selon l'âge et le sexe. Les éléphantes et les éléphanteaux vivent en troupeaux exclusivement de femelles, dirigés par une vieille sage. On reconnaît là l'image exacte de l'ancienne tradition des trois formes d'énergies féminines dans l'existence – l'enfant, la mère et la vieille sage. Ces trois formes se retrouvent dans la plupart des sociétés dans lesquelles existent des enseignements à mystères sur la vie et l'univers.

Chez les bovins, les taureaux rejoignent occasionnellement les troupeaux de femelles. C'est généralement juste pour l'accouplement. Le reste du temps, ils vivent en troupeaux de « célibataires », dirigés par un taureau plus âgé et plus coriace. De nouveau, ce schéma a été dupliqué dans quantité de sociétés du monde entier. Tant les hommes que les femmes avaient leurs sociétés et leurs enseignements sacrés relatifs aux éléphants.

Ces derniers manifestent une grande affection et une grande loyauté les uns envers les autres. Les éléphanteaux les plus âgés aident les plus jeunes. Et les éléphants adultes assistent leurs camarades malades ou blessés. Chez les éléphants, on a les idéaux des sociétés authentiques.

Ceux qui les ont pour totems se retrouveront généralement dans une situation où se présenteront des opportunités pour rétablir de puissants idéaux familiaux et sociétaux. Une attention mutuelle pour les plus jeunes, un respect des anciens et des

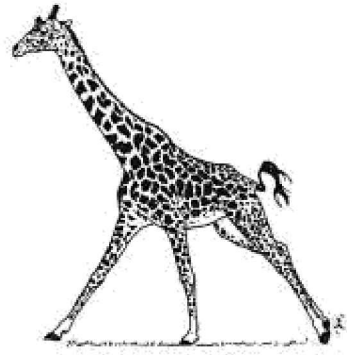
malades, une véritable force personnelle, tels sont les fondements d'une grande personne et d'une grande société. Si l'éléphant est venu à vous, vous allez avoir l'occasion d'œuvrer à établir tout cela dans votre vie et celle des autres. Préparez-vous à vous appuyer sur la plus ancienne sagesse et le plus ancien pouvoir. Vous aurez l'opportunité soit de revendiquer pour vous la royauté la plus primordiale, soit d'aider des tiers à le faire pour eux.

GIRAFE

Points clés : Vision lointaine et clairvoyance

Cycle de puissance : Toute l'année

La girafe est la plus grande de tous les mammifères. Bien que n'étant pas, elle non plus, originaire du continent nord-américain ou d'Europe, elle mérite d'être évoquée car beaucoup de personnes, de par le monde, ont une girafe pour totem. Sa haute taille lui permet de voir à grandes distances. Et cette caractéristique induit naturellement des liens avec la vision d'événements à venir.



Les traits les plus remarquables de la girafe sont bien sûr ses longues pattes fines et son long cou élancé. Le cou est même sa caractéristique la plus importante. Comme je l'ai déjà mentionné au regard de plusieurs autres animaux et le ferai encore, le symbolisme du cou est très important. C'est le point de connexion

entre la tête et le tronc, le haut et le bas. C'est un pont. Et tous les ponts nous aident à passer dans de nouveaux mondes, de nouvelles dimensions et de nouvelles perceptions. Combiné à la vue exceptionnellement bonne de la girafe, son long cou fait d'elle un puissant totem pour la vision à distance sous toutes ses formes et pour voir ce qui est présent pour vous à l'horizon.

Leur cou est très fort. Les girafes mâles entrelacent leurs cous respectifs pour mesurer leur force. Un coup de la tête, propulsée par les muscles du cou pour se défendre, est d'une force redoutable. Il faut voir là une invitation à utiliser ce qu'il y a de plus naturel pour obtenir la plus grande puissance possible.

La gorge et le cou sont aussi associés à l'expression et à la communication. La girafe ne fait pas d'autre bruit qu'un mugissement occasionnel. Elle peut meugler et bêler, mais l'essentiel de sa communication opère par le langage du corps. Si la girafe est votre totem, dites-vous des choses que vous ne devriez pas ? À l'inverse, taisez-vous des choses que vous devriez exprimer ? Laissez-vous les tiers dire des choses inappropriées ou laissez-vous leurs paroles vous affecter ?

Si une girafe est entrée dans votre vie, posez-vous quelques questions essentielles : Voyez-vous ce qu'il y a devant vous, à quelque distance ? Avez-vous peur de regarder ce qui se trouve devant vous ? Ce qui vous attend ? Percevez-vous la perspective ou le point de vue des tiers ? Laissez-vous le refus des autres de percevoir votre propre point de vue vous affecter ? Voyez-vous les conséquences de vos pensées, de vos paroles et de vos actions ? La girafe peut vous aider à répondre à ces questions.

Les longues pattes fines de la girafe sont aussi très symboliques. Les pattes ou les jambes nous permettent de nous déplacer. Elles sont des symboles d'équilibre et représentent la capacité à progresser. Avec la girafe, vous avez les jambes et les pieds sur la terre, et la tête dans le ciel.

Êtes-vous réticent à vous déplacer vers de nouveaux espaces que vous voyez pourtant ? Résistez-vous au changement ? Avez-vous peur de l'avenir ? La girafe peut vous montrer l'avenir et comment avancer au mieux vers celui-ci. Quand elle court, ses

jambes et son cou bougent de concert, nous rappelant par-là qu'il ne suffit pas seulement de voir le futur, mais que nous devons aussi progresser vers celui-ci. La girafe peut nous apprendre comment le faire le plus gracieusement possible.

La girafe est un ruminant, qui mange des brindilles, des feuilles et des bourgeons. Elle se sert de sa langue préhensile pour arracher les feuilles des arbres. À cause de ses longues pattes, elle a du mal à boire, donc elle a développé la capacité à s'en passer pendant plusieurs jours. C'est quand elle écarte ses jambes au maximum et baisse la tête pour pouvoir boire qu'elle est le plus vulnérable. C'est un rappel pour ceux qui l'ont pour totem. Vous serez vulnérable quand vous déplacerez votre regard de l'horizon pendant un certain laps de temps. Si vous êtes trop statique et content de vous-même, vous trouverez que la vie devient de plus en plus difficile.

La girafe a une adorable petite tête qui reflète une bonne part de son caractère sociable. Elle apprécie la compagnie de ses congénères. Le lien le plus fort chez les girafes est celui qui unit la mère à son girafon. Les individus « girafe » ont généralement de très fortes relations familiales et amicales.

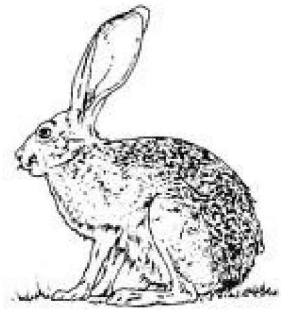
Sur la tête des girafes, leurs cornes – les ossicônes – sont différentes de celles des autres animaux. Ces longues protubérances émoussées ne tombent jamais et sont toujours recouvertes de peau. Comme cela a déjà été mentionné, les cornes et les bois sont des antennes symboliques permettant de se connecter aux plus hautes facultés et perceptions mentales. Chez la girafe, il y a en réalité trois cornes. La troisième ressemble davantage à une bosse sous la peau, mais elle est située juste au-dessus des yeux. Ce positionnement est très significatif dans la mesure où c'est la partie du corps associée à l'œil interne ou troisième œil – c'est-à-dire le siège de la plus haute intuition. Cela ne fait que renforcer la perception ou la vision à distance que la girafe et ses énergies peuvent éveiller en vous.

LAPIN/LIÈVRE

Points clés : Fertilité et nouvelle vie

Cycle de puissance : Toute l'année

Le lapin (ou le lièvre) est un animal dont l'essence et l'énergie sont un paradoxe. On le trouve tant dans les mythes que dans le folklore. Et selon les civilisations et sociétés humaines, il a pu être perçu de manières très diverses. Dans la mythologie grecque, par exemple, il était lié à la déesse Hécate. Dans les hiéroglyphes égyptiens, on l'associait au concept d'être. Les anciens Hébreux le jugeaient impropre à la consommation parce qu'il était « impur » (Deutéronome 14, 7). Mais « chez les Indiens algonquins, le Grand Lièvre, Nanabozo, est l'animal-démiurge[8] ».



En Chine, le lièvre est l'un des douze signes astrologiques. Il est perçu comme un signe très auspicieux qui donnait aux personnes nées sous celui-ci la possibilité de posséder les pouvoirs de la lune, attribut d'Hécate, déesse de la nouvelle lune. Les individus « lièvre » sont censés être sensibles et artistes. Le lièvre est empreint d'ambition, de subtilité, d'élégance et de vertu, tout en vivant quelque peu sur un petit nuage – « sur la lune ».

Lapins et lièvres sont réputés pour leur capacité à procréer, leur rapidité et leurs bonds. Ils se déplacent principalement en bondissant et sautillant. Les individus qui ont un lièvre ou un lapin pour totem verront leurs entreprises en faire probablement autant. Toutes ces caractéristiques sont significatives pour ceux dont il est le totem.

On trouve essentiellement le lapin dans les taillis et les herbes hautes. Il est actif tant le jour que la nuit, mais c'est surtout à l'aube et au crépuscule qu'il est le plus visible. Ce sont des moments spécifiques associés depuis très longtemps au monde des fées. Pour cette raison, le lapin est souvent considéré comme un animal susceptible de guider quelqu'un, même à son insu, vers ce monde féerique. L'exemple le plus célèbre est le lapin blanc de l'histoire d'*Alice au pays des merveilles*, de Lewis Carroll, qui guide l'héroïne vers un trou qui la fera entrer dans un monde d'aventure extraordinaire.

Les lapins et les souris sont les proies les plus communes des animaux prédateurs. C'est pour cette raison que la Nature compense cette infortune par une grande fécondité de ces espèces. Les lapins peuvent avoir entre deux et cinq portées par an, comptant chacune entre trois et six lapereaux d'ordinaire, mais parfois plus. C'est ce qui explique que le lapin a été souvent associé à la sexualité et à la fertilité.

La mère ne nourrit ses petits que le matin et le soir. Elle passe le reste de la journée loin du nid et utilise ce temps pour se nourrir. C'est une mesure de protection à l'endroit des petits, afin de ne pas attirer sur eux les prédateurs. Malheureusement, de nombreuses personnes tombent sur des bébés lapins alors que la mère est ainsi au loin et, supposant que les petits sont abandonnés, les emportent.

En à peine un mois (28 jours), les lapereaux sont capables de sortir tout seuls. Ils peuvent rester dans le nid, mais ils sont en mesure de survivre par eux-mêmes. Si une nouvelle portée arrive, la mère va de toute façon éjecter du nid la précédente. Cette période de 28 jours renforce de nouveau la connexion du lapin avec la lune. Généralement, si un lapin totem se montre, des cycles de 28 jours commenceront à se manifester dans votre vie.

Les deux lapins (famille des léporidés) les plus communs en Amérique du Nord sont le lapin d'Amérique (*cottontail rabbit* ou « lapin à queue blanche ») et le lièvre d'Amérique (*jackrabbit*). Les oreilles du lapin à queue blanche sont plus petites que celle du lièvre et son pelage demeure exactement le même toute l'année.

La fourrure brun grisâtre du lièvre d'Amérique s'éclaircit jusqu'au blanc en hiver. Les deux animaux peuvent sauter et bondir. Ceux qui ont un lapin totem verront du mouvement intervenir dans leur vie, mais un mouvement qui se fera – à des degrés divers – par bonds et sauts. Ce ne sera pas un processus régulier. Les bonds et sauts ne dureront toutefois pas davantage, normalement, que le temps d'un cycle lunaire (28 jours).

Si beaucoup associent la peur au lapin, celui-ci a des prédispositions merveilleuses à la défense. Ceux dont il est le totem feraient bien d'appliquer opportunément ces aptitudes dans leur propre vie. Souvent, les lapins se concoctent une sorte de moule pour se cacher et se reposer. Pour créer ce « moule », ils grattent la terre ou l'herbe afin d'obtenir une forme de bol peu profond ouvert à l'avant et à l'arrière, ce qui leur permettra de s'échapper si nécessaire. Les individus « lapin » devraient eux aussi prévoir toutes les possibilités. Si un lapin se montre, cela peut indiquer que vous avez besoin de faire quelques planifications complémentaires ou de vérifier celles que vous avez déjà mises en œuvre. Vous n'avez pas envie de vous laisser acculer dans une nasse. Les lapins excellent pour passer inaperçus. Ils sont capables de se figer et de se tenir parfaitement immobiles. Ils savent que de très nombreux prédateurs sont en mesure de détecter le plus infime mouvement, même à grande distance. Si vous êtes engagé dans une compétition – travail, jeu… –, il sera souvent important de ne pas dévoiler vos mouvements.

Les lapins sont aussi très doués pour battre brusquement en retraite en faisant des virages ou des virevoltes vifs et rapides. S'ils doivent fuir, ils peuvent le faire extrêmement vite. Tous ceux qui les ont pour totems devraient apprendre à passer en un éclair de l'immobilité parfaite à une grande vitesse. Cela les aidera à réussir leurs entreprises et leur permettra de tirer profit des opportunités qui peuvent ne se présenter que très brièvement.

Les lapins sont végétariens. Ceux dont ils sont le totem seront bien avisés d'examiner le type de nourriture qu'ils consomment. Pour avoir la meilleure santé ou guérir, un régime végétarien –

même temporaire – ne pourra que renforcer leurs défenses.

Le lapin peut vous montrer comment reconnaître les signes autour de vous. Il peut vous aider à vous harmoniser avec le cycle lunaire et à identifier les rythmes de votre vie. En retour, cela vous permettra de devenir encore plus fécond, à tous points de vue, dans votre existence.

LÉOPARD

(Pour le léopard des neiges, voir l'entrée spécifique « Panthère des neiges ». On trouvera également des informations sur le léopard à l'entrée « Panthère ». Même si, techniquement, ces animaux ne sont pas identiques, le nom *panthère* a souvent été attribué tant au léopard qu'au jaguar. Les qualités de ces animaux sont très similaires. Étudiez l'entrée de la panthère, puis penchez-vous sur le léopard pour découvrir ses éventuelles particularités qui vous parleraient et auraient du sens pour vous).

LION

Points clés : Affirmation du féminin et du pouvoir du soleil féminin

Cycle de puissance : Toute l'année

Le lion est le deuxième plus grand membre de la famille des chats (les félins). Donc les caractéristiques des chats en général devraient être étudiées, car le lion possède nombre d'entre elles. Son habitat est la savane africaine et ceux qui l'ont pour totem auront probablement à étudier la signification de cet environnement. La principale proie du lion étant l'antilope, celle-ci devra être examinée pareillement.

Le lion a symbolisé une grande variété d'énergies au cours du temps. Symbole du soleil et de l'or, il a représenté le dieu soleil Mithra. Les Égyptiens croyaient qu'il présidait aux crues annuelles du Nil. Les premiers chrétiens le voyaient comme le concurrent terrestre de l'aigle. Les alchimistes du Moyen Âge l'associaient avec l'élément fixé, le soufre. Un lionceau était souvent le symbole du soleil levant et de tout ce que celui-ci impliquait.

Le lion se distingue au sein de la famille des félins en ce qu'il est grégaire et vit dans des groupes appelés troupes. Si un lion se présente comme totem, vous pouvez vous attendre à ce que se manifestent des leçons et des questions relatives à la communauté et aux groupes. Cela peut exprimer une nécessité pour vous d'examiner votre propre rôle dans une collectivité.

Au sein de la troupe, ce sont les femelles qui sont les meilleures chasseuses. Si la plupart des lions sont des chasseurs assez patauds en soi, ils ont développé une excellente technique de chasse coopérative. Mais ce sont bien les femelles qui font l'essentiel de la chasse et qui, en outre, s'occupent des petits. Les lionceaux mènent une existence relativement insouciante. Leurs parents sont patients et affectueux avec leur progéniture et la plupart des individus qui ont un lion pour totem développent de semblables qualités.

Les mâles se font particulièrement remarquer par leur magnifique crinière. Ils accomplissent très peu de tâches. Ils peuvent se montrer extrêmement passionnés à l'endroit de leur lionne, et en même temps excessivement jaloux. Ils protègent la

troupe contre les prédateurs. Pendant la chasse, ils se servent de leur rugissement pour effrayer la proie et la rabattre vers la lionne embusquée. Si un mâle s'est présenté comme totem, vous devez examiner votre utilité au sein d'un certain groupe ou d'une collectivité. Avez-vous besoin d'en faire plus que vous ne faites ? Avez-vous besoin d'être plus protecteur ? Est-il nécessaire que vous coopériez davantage ?

Le lion ne se bat pas pour le plaisir de se battre. Il évite la confrontation et quittera une scène de danger si c'est possible. C'est une tactique à garder à l'esprit si ce félin est votre totem. Fondamentalement, les lions utilisent une approche furtive dans la chasse. Pour tuer, la méthode la plus commune qu'ils adoptent est la strangulation. Ceux dont le lion est le totem devront penser à développer cette technique quand ils se lanceront dans de nouvelles entreprises ou viseront de nouveaux objectifs. Soyez discret pour obtenir les meilleurs succès.

L'idée que le lionceau soit associé au soleil levant est très signifiante. Dès lors que les femelles de la troupe effectuent l'essentiel du travail, cette allégorie reflète le lever des énergies féminines. Le soleil n'a pas toujours été un symbole masculin. Dans beaucoup de langues, c'est même un mot féminin. Il donne naissance au nouveau jour et il nourrit et réchauffe la vie. Ce n'est donc pas une exagération que de voir le lion comme une affirmation des énergies féminines donnant vie à une nouvelle naissance ou à un nouveau pouvoir.

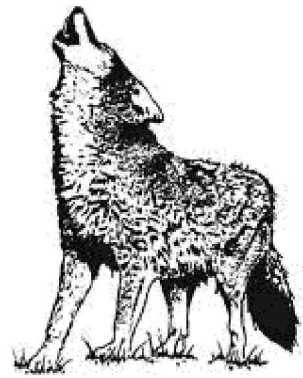
Quand un lion se montre, vous aurez des opportunités d'éveiller un nouveau soleil. Fiez-vous aux énergies féminines – la créativité, l'intuition et l'imagination. Elles répandront un ensoleillement neuf sur votre vie. N'ayez pas peur de « rugir » si vous vous sentez menacé ou envahi.

LOUP

Points clés : Garde, protection, rituel, loyauté et esprit

Cycle de puissance : Toute l'année – Pleine lune – Crépuscule

Les loups sont probablement les plus mal compris de tous les mammifères sauvages. Des histoires de terreur et de férocité impitoyable abondent à leur propos. Si les récits et légendes prétendent le contraire, il n'a pourtant jamais été confirmé la moindre attaque – mortelle ou non – d'un homme par un loup en bonne santé. En dépit de toute la littérature négative le concernant, le loup est l'exact inverse de sa représentation. Il est amical, sociable et éminemment intelligent. Son sens de la famille est solide et il est fidèle. En outre, il vit selon des règles et des rituels soigneusement déterminés.



Les loups sont l'incarnation de l'esprit sauvage. Leurs caractéristiques positives sont si nombreuses qu'il n'est pas étonnant que les Amérindiens et d'autres les aient quasiment déifiés. Beaucoup pensent que le véritable test quant à la sincérité de l'Amérique concernant la protection de l'environnement tourne autour du loup et de cette question : va-t-il ou non demeurer protégé et autorisera-t-on sa réintroduction dans des secteurs du pays d'où il a été jadis éradiqué ? Le loup est le vrai esprit de la Nature sauvage, libre et non défigurée.

Il existe plusieurs espèces de loup, notamment en Amérique du Nord et en Europe. Le loup rouge est le plus petit et il n'existe peut-être même plus du tout en liberté, bien que des efforts soient entrepris pour le réintroduire. Son territoire était le sud des États-Unis. Le loup du Mexique (*lobo*) est en réalité une sous-espèce du

loup gris plus commun. On le trouve lui dans le sud-ouest des États-Unis et au Mexique. Il a été chassé jusqu'à sa quasi-disparition. Il est aujourd'hui l'objet d'un plan conservatoire d'élevage en captivité. Le loup arctique est probablement l'espèce la plus pure. Son existence dans des secteurs isolés autour du Cercle polaire arctique a permis sa survie.

Le loup gris est le plus commun. C'est même lui qui est souvent désigné sous le simple nom de « loup ». Aujourd'hui, on ne le trouve plus guère en Amérique que sous la forme de ses sous-espèces canadiennes (loup du Canada et loup de l'Est ; en anglais, *timber wolf*, « loup des bois ») en Alaska, au Canada et dans la région des Grands Lacs. Lui aussi a été chassé jusqu'à sa disparition complète dans toutes les autres régions de l'Amérique du Nord. À dire vrai, le loup gris n'est pas toujours gris. Il peut être noir, gris, brun, blanc, avec toutes les déclinaisons et combinaisons possibles de ces teintes.

La plus grande méprise communément faite à propos des loups concerne leur taille. Ils ne sont pas aussi gros ni grands que la plupart des gens l'imaginent. Leur épaisse fourrure les fait parfois paraître plus gros qu'ils ne sont. Mais, dans la plupart des cas, ils ne sont guère plus grands qu'un berger allemand de bonne taille.

Les loups sont très ritualistes – à bien des égards comme les humains. Ils vivent selon des règles soigneusement définies. Ils ont des territoires spécifiques qui sont sacrés Leur comportement social est fondé sur une structure hiérarchique. Chacun a sa place et sa fonction dans la hiérarchie de la meute. Il y a un mâle « alpha » et une femelle « alpha ».

Les loups ne se battent pas sans nécessité. En fait, ils s'écartent le plus souvent pour éviter l'affrontement. Bien qu'ils soient extrêmement forts et puissants, leurs dissensions aboutissent rarement à des combats sérieux. Souvent, un simple regard, une posture, un grondement suffisent aux loups à imposer leur domination. Ils n'ont donc pas besoin d'en faire la démonstration, mais ils en sont capables s'il le faut. Cela fait partie de ce qu'enseigne la médecine du loup, qui nous apprend à savoir qui nous sommes et à développer la force, la confiance et

la sûreté de manière à ne pas avoir à en faire montre.

Les loups ont un système de communication complexe – ils utilisent le langage corporel. Un mouvement de la tête, la queue qui se dresse, un contact oculaire direct… toutes les attitudes ont une grande signification. Les postures sont souvent subtiles, mais chaque loup apprend dès son plus jeune âge comment les décrypter et y répondre. Les expressions faciales du loup sont variées et utiles pour communiquer son humeur aux autres membres de la meute. C'est un très important centre visuel de communication. Le loup utilise aussi les mouvements et positions de sa queue pour communiquer efficacement. Généralement, ceux qui ont un loup pour totem sont très expressifs avec les mains, les expressions du visage ou d'autres manières. Si vous avez du mal à transmettre vos humeurs et vos idées, étudiez le loup et méditez sur lui. Il vous apprendra à renforcer votre communication verbale avec un langage corporel approprié.

Les loups ont également un système complexe de communication vocale. Ils hurlent, geignent, chouinent, grognent et même aboient. Le seul hurlement qui a fait leur célébrité possède quantité de sens et de tonalités. Il peut servir de signal pour les autres membres de la meute ou permettre de localiser un individu du groupe. Il peut aussi être une expression sociale. Le loup s'en sert également pour saluer un congénère ou déterminer certains territoires. Et parfois, il hurle rien que pour le plaisir de le faire et de manifester sa joie.

Chaque loup de la meute connaît sa position relative, son statut social, par rapport à un autre membre du groupe. Les comportements ritualisés qui établissent le rang des loups font partie de leur magie. Les meutes de loups ne sont pas totalement autocratiques – sous l'autorité suprême du loup alpha. Elles ne sont pas davantage démocratiques. Il y a des moments où elles sont un peu des deux, et c'est cette souplesse qui contribue au succès du gouvernement lupin. Le loup peut enseigner l'art de la bonne gouvernance – un équilibre entre autorité et démocratie. Il peut vous apprendre comment utiliser le rituel pour établir l'ordre et l'harmonie dans votre vie. Il vous aide à comprendre que la

vraie liberté requiert de la discipline.

Le mâle et la femelle « alpha » s'accouplent en général pour la vie. La saison de l'accouplement intervient normalement à la fin de l'hiver. La femelle mettra bas deux mois plus tard. Tous les membres de la meute sont très attentifs, protecteurs et affectueux avec les louveteaux joueurs. Ils sont extrêmement tolérants. Si la mère ou le père est incapable de s'occuper des petits, un autre membre du groupe les adoptera. Certains loups vont même servir de *baby-sitters*. Les adultes sont amicaux et bienveillants avec les louveteaux. Ainsi, la médecine du loup nous apprend à respecter et à honorer la famille et les enfants.

Les loups sont sexuellement matures vers l'âge de 22 à 24 mois. Ceux qui les ont pour totems verront potentiellement les énergies et influences à l'œuvre dans leur vie adopter le même schéma temporel.

Bien évidemment, les loups sont des prédateurs. Mais leurs proies sont généralement constituées de créatures malades, jeunes ou âgées. Le cerf est leur cible favorite. Le loup ne perdra pas son temps à s'attaquer à un élan adulte en bonne santé qui lui tiendra tête. Pour leur chasse, les loups peuvent parcourir de grandes distances. Force et endurance leur permettent de voyager loin et longtemps. Leur vitesse a été mesurée à 40-50 km/h. Si le loup est manifestement capable de tenir ce rythme un très long moment, il paraît en mesure de trotter indéfiniment à une vitesse de 6-7 km/h environ. En hiver, les loups se servent des lacs et des rivières gelés pour circuler. Ils peuvent parcourir en moyenne 20 à 30 kilomètres en une nuit, voire jusqu'à 60 kilomètres à l'occasion.

D'ordinaire, les loups consomment tout ce qu'ils attrapent. Pour ceux dont ils sont le totem, cela peut indiquer un besoin d'utiliser tout ce qui leur est disponible. Les loups se montrent à vous autant pour vous souvenir de ne pas jeter ou gaspiller que pour vous dire de garder un esprit vif.

Le loup est extrêmement intelligent. Il s'écarte de sa route pour éviter le danger ou les problèmes. Certains croient que les loups se servent des corbeaux comme repères aériens pour localiser

des sources potentielles de nourriture[9]. Dans la tradition des Esquimaux, le corbeau a une connexion avec l'élan, et dès lors que celui-ci peut être une proie du loup, ce dernier et le corbeau sont également liés. Les corbeaux accompagnent souvent des loups. Ils volent en avant d'eux, se posent sur un arbre, attendent que les loups passent puis reprennent leur vol. Le spécialiste des loups David Mech a fait état de relations et de comportements ludiques intervenant parfois entre les loups et les corbeaux[10]. Le corbeau devrait donc être aussi étudié par ceux qui ont un loup totem.

Les loups ont des sens très aiguisés, particulièrement l'odorat. On dit qu'il est cent fois supérieur à celui des humains. Cet odorat lui confère une grande faculté de discernement et d'identification. Les cercles métaphysiques et ésotériques associent souvent ce sens à l'idéalisme spirituel.

Le loup a également une excellente sensibilité auditive. Sa chasse dépend fortement de son odorat et de son ouïe. Pour les individus « loup », cette finesse sensorielle agit comme une incitation récurrente à écouter leurs propres pensées et paroles intérieures. Leur intuition sera puissante. Et cette idée est encore accentuée par l'épais manteau de fourrure du loup. La fourrure et les poils sont depuis longtemps des symboles d'aptitudes psychiques. Le loup a tant un pelage intérieur (le sous-poil) qu'un pelage extérieur (son manteau), ce qui lui donne la faculté de refléter les forces archétypales associées à la perception psychique.

Le loup a une prédisposition pour établir rapidement de forts liens et attachements émotionnels. Apprendre à vous fier à vos propres idées et sentiments et conforter corrélativement vos propres attachements fait partie de ce qu'enseigne la médecine du loup. Ce dernier peut vous aider à entendre ce qu'il y a à l'intérieur et à vous préserver des actions inappropriées. Il vous protégera tandis qu'il vous dispensera son enseignement – parfois fermement, parfois gentiment, mais toujours avec amour. Quand le loup se montre, il est temps d'insuffler une nouvelle vie aux rituels de votre existence. Trouvez une nouvelle voie, empruntez-

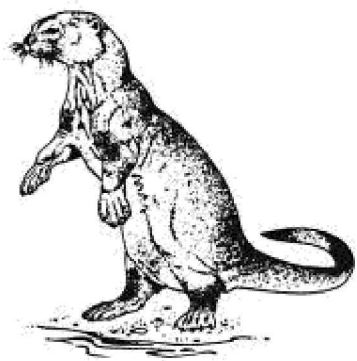
la et prenez le contrôle de votre vie. C'est vous qui en êtes le gouverneur. Vous la créez et vous la dirigez. Faites cela avec harmonie et discipline, et alors vous connaîtrez le véritable esprit de liberté.

LOUTRE (*OTTER*)

Points clés : Joie, entrain et partage

Cycle de puissance : Printemps et été

La loutre amuse et fascine la plupart des humains. Ses expressions et activités joueuses captent nos imaginations. Que ce soit la loutre de mer ou la loutre de rivière, elle suscite une curiosité aussi joyeuse que naturelle.



Un jour, lors d'une virée en canoë dans le nord de l'Ontario, au Canada, une loutre de rivière a surgi à environ trois mètres devant l'embarcation. Elle a dressé la tête hors de l'eau et regardé par-dessus son nez comme si elle était curieuse de voir qui s'immisçait si tôt dans son territoire. Elle plongeait et disparaissait, puis réapparaissait, d'un côté, puis de l'autre, encore et encore, comme si elle essayait d'évaluer la situation sous tous les angles. Quand sa curiosité fut satisfaite, elle replongea et disparut, cette fois définitivement, pour retourner à ses propres activités.

Les loutres éveillent la curiosité. Elles nous rappellent que tout est intéressant si nous observons sous le bon angle. Elles sont

joueuses et semblent trouver du plaisir et de l'amusement dans tout ce qu'elles font.

Les habitats des loutres sont toujours situés tout près de l'eau. Pendant l'été, elles se trouvent rarement sur terre, particulièrement les loutres de rivière. Généralement, elles occupent un grand territoire dans et autour de l'eau. Et elles marquent normalement celui-ci de leur odeur.

Leur connexion à l'eau les relie aux énergies féminines primordiales de la vie – en particulier aux aspects les plus plaisants du féminin –, la création, l'imagination, la joie et l'amour des enfants. Les loutres nous rappellent de garder vivant notre enfant intérieur ou de lui donner naissance si ce n'est fait. Elles nous invitent à ne pas oublier que la vie peut être drôle si nous l'abordons avec la bonne attitude. Les loutres sont rarement vues solitaires. Soit elles sont en compagnie d'autres congénères, soit elles jouent avec quelque objet.

L'adulte n'a quasiment pas d'ennemis naturels. Elles protègent très bien leurs petits. Elles sont agiles et rapides dans l'eau ; si rapides qu'elles peuvent même nager plus vite que les poissons. S'il y a une menace, elles filent généralement à la nage, mais elles peuvent se révéler féroces combattantes.

Quand les petits naissent, la mère chasse généralement le mâle du terrier, ce qui reflète une nouvelle fois le lien de la loutre avec les énergies et les schèmes féminins et maternels primordiaux. Quand les petits vont et viennent, le père est autorisé à revenir. Généralement, la portée compte deux à quatre sujets, mais il faut leur apprendre à nager. Cette tâche est assumée par la mère. Parfois, les loutres se montrent pour aider à réveiller les énergies et responsabilités maternelles essentielles. Cela peut indiquer un besoin de fixer vos limites au sein de votre foyer et de définir votre rôle féminin.

Les loutres sont extrêmement agiles et acrobates dans l'eau. Elles adorent glisser sur le ventre, et plonger et replonger dans l'eau. Quand elles sont sous l'eau, leurs narines et leurs oreilles se ferment. Rappelez-vous que l'eau est un ancien symbole des forces vitales féminines et créatrices. Les activités et le caractère

joueur de la loutre nous rappellent à chacun – femmes comme hommes – que nous possédons des qualités féminines sous une forme ou une autre pour le plus grand plaisir de la vie.

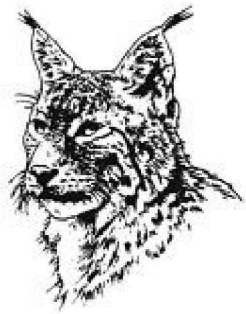
Si une loutre fait surface dans votre existence, il peut être temps de trouver des moments pour vous détendre et jouer. Lancez-vous dans des activités créatrices. Vous n'avez pas besoin d'être un dieu en cette matière ; contentez-vous d'y prendre plaisir. Ou êtes-vous déjà trop joueur ? Ne parvenez-vous pas à rester concentré ? Avez-vous peur de vous amuser ? De prendre du plaisir ? De jouer ? Êtes-vous trop sérieux ? Avez-vous de l'appréhension ? Avez-vous besoin de réveiller votre enfant intérieur ? Offrez-vous quelque chose de spécial. Faites-vous plaisir. Honorez la loutre et elle vous apprendra non seulement à vous amuser, mais aussi à réveiller votre émerveillement pour la vie et toutes les choses qu'elle renferme.

LYNX (LYNX GRIS OU DU CANADA)

Points clés : Secrets et vision du caché et de l'invisible

Cycle de puissance : Hiver

Une grande partie des informations que nous allons voir concernant le lynx (également appelé lynx gris, lynx du Canada ou loup-cervier) s'appliqueront également au chat sauvage (en anglais *bobcat*) qui fera l'objet de l'entrée suivante. Les deux animaux sont semblables et le chat sauvage est aussi appelé lynx roux. Tous deux ont de petites queues tronquées, des touffes de poils au bout des oreilles et un collier de poils autour du faciès. Le lynx est trapu est musclé. Il a de longues pattes, et des pieds larges et velus qui font office de raquettes en hiver. On trouve le lynx gris du Canada plus au Nord et son territoire n'est pas aussi étendu que celui du lynx roux. Ceux qui ont le lynx du Canada comme totem vont pouvoir s'intéresser également à la direction septentrionale.



Son collier facial lui confère une apparence aristocratique. Encore abondant en Alaska et Canada, il commence à faire son retour dans des secteurs du nord des États-Unis. Le lynx n'a aucun problème pour évoluer dans la neige. Ses pieds sont plus larges que ceux de son cousin le lynx roux.

Les bébés lynx naissent généralement avec les yeux bleus. Au bout d'environ deux mois, ils virent au jaune comme ceux de leur mère. Le bleu est une allusion à l'immensité du ciel qui s'ouvre au lynx dès sa naissance. La transition vers le jaune nous rappelle que le lynx tire sa connaissance des cieux.

La mère apprend à ses petits à chasser. Elle passe l'été et l'automne à leur transmettre cet apprentissage. Ils auront besoin de cette compétence à l'approche de l'hiver, car d'ici la fin de ce dernier, la famille se sera séparée et les lynx partiront chacun dans sa direction – cherchant à faire sa vie et à acquérir ses propres connaissances.

La proie principale de ce lynx est le lièvre d'Amérique (ou lièvre à raquettes). Avec ses pieds larges, il est capable de donner la chasse aux lièvres, même quand la neige est profonde. Il se nourrit aussi de petits rongeurs, mais le lièvre étant son régime alimentaire premier, il sera utile d'étudier parallèlement les caractéristiques de celui-ci. « Le destin du lynx est étroitement lié à celui du lièvre… à tel point que lorsque la population des lièvres chute selon un cycle régulier de onze années, celle des lynx en fait autant[11]. »

Ce cycle de onze années est très symbolique. D'un point de vue métaphysique, onze est un nombre maître. Il est associé à l'inspiration, à la révélation, au mysticisme et aux enseignements occultes. Le fait que notre lynx soit de couleur grise ajoute encore à cette signification. Le gris est la couleur des nuages qui cachent l'ancienne sagesse, séparant le visible de l'invisible. Le lynx est l'animal dont les pouvoirs lui permettent d'aller et venir, et de ramener la connaissance et les secrets de derrière les nuages.

Le lynx a eu des connexions avec la mythologie et les groupes occultes tout au long de l'Histoire. Ces liens peuvent fournir des indices sur d'éventuelles vies passées. Dans les traditions scandinave et norroise, le lynx était consacré à Freya et on dit parfois que son char était tiré par des lynx (ou des chats sauvages). Les Grecs croyaient que le lynx pouvait voir au travers des objets solides. En fait, il tire son nom de l'argonaute Lyncée, un personnage mythologique qui avait le don de le faire.

En 1603, des érudits italiens fondèrent l'académie des Lyncéens (parfois académie des Lyncées et même académie des Lynx), dédiée à la recherche de la vérité et au combat contre la superstition. Galilée en était membre et son symbole était un lynx blanc déchirant le chien Cerbère avec ses griffes. Cerbère gardait l'entrée des Enfers, le monde inférieur. Le sens de cet emblème était que la connaissance allait triompher des ténèbres et de la souffrance[12].

Le lynx a acquis la réputation d'être doué d'une vision surnaturelle. On lui attribue le don de voir les erreurs, le mensonge, les secrets et tout ce qui est caché. Si un lynx se présente dans votre vie, cherchez ce qui pourrait y être caché. Fiez-vous à vos instincts pour croire ou non les tiers. Les choses que vous imaginez sont probablement plus exactes que vous ne le croyez. Peu importe à quel point vos suppositions ou votre imagination peuvent paraître étranges ou irrationnelles, elles contiennent probablement au moins un fond de vérité.

Le lynx a la capacité de vous apprendre à découvrir les activités intérieures des tiers. Jamie Sams et David Carson en parlent comme d'un type particulier de clairvoyance qui vous permet de

voir ce que les personnes cachent – tant aux autres qu'à elles-mêmes. Il peut s'agir de peurs, d'activités et même d'aptitudes[13].

Les individus qui ont le lynx pour totem doivent être extrêmement attentifs à ne pas trahir la confiance. Les choses dites ont une plus grande chance d'être rendues publiques ou déformées, aussi les paroles doivent-elles être choisies et utilisées avec soin. La force par le silence devrait être une devise. Trahir la confiance entraîne généralement des répercussions aussi rapides que fortes.

Si le lynx s'est montré dans votre vie, vous constaterez que les personnes auront tendance à partager avec vous leurs secrets en vous mettant dans la confidence. Vous découvrirez « accidentellement » des choses sur les personnes, et même certaines que vous auriez préféré ne pas savoir. Vous n'aurez pas à faire quoi que ce soit de cette connaissance. Gardez-la pour vous. Utilisez-la à votre profit, mais faites attention à ne pas la partager de manière inappropriée.

Il n'est pas inhabituel que les personnes qui vous entourent deviennent très mal à l'aise. À un certain degré, elles vont se rendre compte que vous pouvez voir en elles. Quand elles vous évitent, fiez-vous à ce que votre imagination vous souffle quant à la raison de ce comportement.

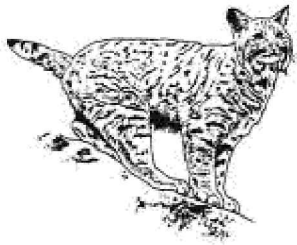
Pour vous aider à réveiller la capacité du lynx à voir la connaissance cachée, asseyez-vous et regardez. En observant comment les personnes se comportent et ce qu'elles disent, vous percevrez aussi des images de choses tapies derrière elles. Visualisez-vous à l'intérieur de l'autre personne. De bien des manières, la médecine du lynx est comme des rayons X. Vous serez capable de voir les activités et fonctionnements internes. Apprenez à progresser en silence et à faire confiance aux images et aux connaissances qui vous parviennent par ce biais.

LYNX ROUX (*BOBCAT*, CHAT SAUVAGE)

Points clés : Silence et secrets

Cycle de puissance : Fin de l'hiver et printemps

Une grande partie des informations que nous venons de voir à propos du lynx s'appliquent donc aussi au lynx roux. Celui-ci est aussi appelé chat sauvage ou parfois, en gardant son nom anglais, *bobcat*. Il a une courte queue en forme de bouchon (en anglais *bob* ; c'est à la forme de cette queue qu'il doit son nom anglais). Il a aussi des touffes de poils sur les oreilles et un beau collier de poils du cou jusqu'aux oreilles, comme des favoris. On le confond souvent avec un lynx ordinaire qui est généralement plus gris et toujours plus grand.



Le chat sauvage est un animal solitaire et ceux qui l'ont pour totem se retrouvent fréquemment dans la même situation. Bien vivre cela – accepter d'être seul sans se sentir seul – fait partie de l'enseignement du chat sauvage. Les femelles ont souvent un petit territoire, mais les mâles peuvent être assez nomades et couvrir les territoires de cinq ou six femelles. Ensuite, mâle et femelle suivent leurs chemins séparés.

Parce que ce félin est solitaire, ceux qui l'ont pour totem remarqueront que leurs amis leur confient souvent des secrets. Il est important que les individus « chat sauvage » ne trahissent pas la confiance placée en eux. Le contraire aura toujours d'énormes répercussions et sera rapidement découvert.

La queue est très symbolique. Les queues ont depuis longtemps une connexion symbolique avec les énergies sexuelles et la Kundalini. La queue voire parfois son vestige quand elle est coupée est le siège de la force vitale. Le dessous de la queue du lynx roux est blanc et son extrémité noire. Cela exprime la capacité à activer ou bloquer les forces créatrices en fonction des

nécessités. C'est une partie de la médecine du chat sauvage.

Cette queue spécifique relie aussi le *bobcat* à des formes de magie sexuelle et de mysticisme. En utilisant le manteau des ténèbres et du secret, celui-ci peut vous apprendre à projeter et à utiliser la force vitale de différentes manières silencieuses mais puissantes. La magie du chat sauvage est toujours plus puissante quand les tiers n'ont pas connaissance de celle-ci et qu'elle s'exerce à leur insu. Parler d'elle dissipe son pouvoir. Ainsi, pour ceux qui ont le lynx roux pour totem, savoir quand parler, comment et à qui sera essentiel. Les individus *bobcat* devront faire très attention à ce qu'ils partagent avec des tiers. Les choses auront tendance à être déformées ou exagérées. Ce qui peut être blanc pour une personne *bobcat* pourra être perçu de manière erronée comme noir, et vice versa.

La vue particulièrement affûtée du chat sauvage – pensons à l'expression « avoir un œil de lynx » –, ses vibrisses (« moustaches ») sensibles et ses oreilles à touffes de poils font de lui un superbe chasseur nocturne. Ceux qui l'ont pour totem seront donc plus efficaces la nuit. Ces caractéristiques induisent des liens avec la plupart des pratiques psychiques ou extrasensorielles. Les yeux du chat sauvage lui permettent de voir ce que d'autres peuvent essayer de cacher ou de voiler. Ses moustaches sensitives lui confèrent une aptitude à une sorte de psychométrie – tenir un objet contre le visage va permette à l'individu de capter des sensations et des images. Les oreilles à touffes ont aussi des connexions avec la clairaudience et la capacité à entendre ce qui n'est pas dit.

Une personne qui a le chat sauvage pour totem pourra constater que certains individus peuvent se sentir mal à l'aise en sa présence. Ils prendront conscience que vous pouvez voir ce qu'ils ne montrent pas et entendre ce qu'ils ne disent pas. Cette faculté peut faire de la personne concernée un conseiller énergique ou un manipulateur efficace. Si un chat sauvage est entré dans votre vie, cherchez ce qui est caché. Toutes les choses ne sont pas telles qu'elles paraissent. Faites confiance à vos sens. Si ça ne semble pas clair, fiez-vous à votre impression

– même si elles n'ont aucun fondement logique.

Le lynx roux peut très bien voir dans le noir et son ouïe est très fine. Souvent, les individus *bobcat* choisissent de rester solitaires simplement parce qu'ils entendent, voient et sentent tellement de vilenies cachées au sujet des personnes qu'ils croisent qu'ils peuvent finir par penser qu'elles concernent tous les humains. Toutefois, les personnes *bobcat* ne devraient jamais vivre complètement recluses. Méditer sur l'arcane IX du tarot, l'Ermite, vous aidera à savoir quand être seul et quand être sociable. Cette méditation vous aidera surtout à vous harmoniser avec les énergies de cet animal.

Le lynx roux se rencontre sur tout le territoire des États-Unis d'Amérique, mais il est en danger. Il fait son gîte sous des saillies rocheuses ou des tas de rochers ; il pourra être utile d'étudier la signification symbolique de cet habitat (reportez-vous pour cela à la cinquième partie de ce livre). S'il n'est pas très rapide, le chat sauvage pourra faire des bonds de deux mètres à deux mètres cinquante. Son alimentation principale est constituée du lapin et de la marmotte. Là encore, il sera important d'étudier ces proies afin de pleinement comprendre le pouvoir de ce félin.

Les jeunes naissent au printemps et une portée peut compter jusqu'à quatre chatons sauvages. La mère commence très tôt leur éducation. Autour de sept mois, le jeune a appris à chasser seul et, à neuf mois, il quitte sa mère pour trouver son propre territoire.

Ceux qui ont le lynx roux pour totem peuvent s'attendre à recevoir un nouvel enseignement ou apprentissage, formel ou informel. Dans tous les cas, en sept à dix mois, vous aurez reçu ce dont vous avez besoin. Généralement, les personnes *bobcat* apprennent vite et à fond. Si vous êtes parent et que vous avez un chat sauvage comme totem, commencez tôt l'éducation de vos enfants. Faites confiance à vos instincts pour savoir comment le faire au mieux. Les enfants deviendront forts et indépendants.

Si un lynx roux entre dans votre vie, posez-vous les questions majeures suivantes : Êtes-vous trop solitaire ? Avez-vous besoin de chercher de nouvelles opportunités d'apprentissage ? Êtes-

vous indiscret ? Et ceux de votre entourage le sont-ils ? Faites-vous confiance à vos sensations intérieures ? Vous laissez-vous influencer par l'apparence des tiers ? Quand un chat sauvage est dans les parages, il vous apprendra qu'il y a un vrai pouvoir et une vraie force dans le silence.

MARMOTTE (MARMOTTE D'AMÉRIQUE, SIFFLEUX)

Points clés : Mystère de la mort sans mourir – Transe – Rêves

Cycle de puissance : Hiver

La marmotte commune d'Amérique ou siffleux est un rongeur creusant des terriers, mais qui appartient en réalité à la famille des écureuils (les sciuridés). Elle a des dents ressemblant à des ciseaux et vit aux lisières des zones boisées ou dans des prairies plus ouvertes. Elle est connue pour son habileté à creuser des galeries.

Symboliquement, ce trait reflète la capacité à plonger profondément dans un domaine d'intérêt. Il n'est pas rare de voir une marmotte apparaître quand on est sur le point d'ouvrir un nouveau champ d'études. Dès lors qu'une marmotte ne devient pas adulte avant deux ans environ, son apparition en tant que totem peut signifier que l'entreprise qui va commencer aura besoin de deux années avant de donner de vrais fruits : en somme, deux années à étudier, à creuser et à construire.

La marmotte construit des terriers complexes avec de multiples sorties et des chambres de stockage. Elle passe la moitié de son temps sous la terre. La chambre où elle dort est toujours située au-dessus des parties les plus basses de la galerie. Ainsi, elle ne sera pas inondée. Elle nettoie derrière elle en enterrant ses propres excréments. Dans son terrier, elle a des espaces de toilettes distincts.

Les marmottes ne sont généralement pas territoriales, mais elles ne laisseront personne pénétrer dans leur tunnel. Elles peuvent voir si un terrier est occupé, car de la terre fraîche sera empilée devant son entrée. Pour tous ceux qui ont une marmotte totem, il est important de signaler précisément les limites qu'ils

veulent voir respectées dans leur vie.

Les marmottes entrent dans une véritable hibernation et passent environ quatre à six mois dans cet état de léthargie complète. Elles s'y préparent en s'engraissant. Elles se gavent durant tout l'été et jusqu'à la fin de l'automne. Puis elles se pelotonnent dans une chambre de leur terrier à l'abri du gel. Tous leurs processus vitaux ralentissent. Leur température ordinaire d'environ 36 degrés chute autour de 5 à 7 degrés – à peine plus que la température de gel. La respiration ralentit elle aussi à un rythme d'une inspiration par minute. Le rythme cardiaque passe de 110 battements par minute à quatre ou cinq. La marmotte se retrouve dans un véritable état d'inconscience. Elle ne se réveillera qu'à la fin de l'hiver ou au début du printemps.

L'hibernation a toujours eu une grande signification. Elle symbolisait une mort sans mourir. Certaines sociétés utilisaient des méthodes visant à induire cet état dans des rituels de mort et de renaissance. Ainsi l'hibernation traduisait-elle un temps d'initiation. L'hiver est la saison du pouvoir, parce que c'est à ce moment que la marmotte manifeste et utilise sa médecine la plus efficace : l'hibernation.

C'est aussi un symbole de la pleine ouverture au temps du rêve – le profond sommeil hivernal – permettant à l'individu d'utiliser cette période plus puissamment. Ceux qui ont la marmotte pour totem constateront qu'ils parviennent de plus en plus à développer des rêves lucides – particulièrement en hiver. Chaque fois que la marmotte se montre, la clarté et la puissance des états modifiés de conscience s'amplifieront. Les rêves deviendront toujours plus signifiants.

De nombreux chamanes, yogis et autres mystiques peuvent enseigner des méthodes de ralentissement du métabolisme corporel. Celles-ci étaient souvent utilisées pour provoquer des états de transe. Cela pouvait faciliter la guérison, servir à des sorties hors du corps pour établir des contacts ou simplement pratiquer la transe chamanique. Dans cette forme de transe, l'individu apprend à fermer son corps, avant de le quitter (en laissant le corps protégé pendant l'absence) pour se rendre dans

d'autres dimensions afin d'apprendre et de recueillir une connaissance que l'on ramènera en regagnant son corps.

Quand la marmotte se montre comme totem, c'est qu'il y a une opportunité d'explorer des états modifiés de conscience plus profonds. Les leçons associées à la mort et des révélations à propos de ce processus de trépas font surface. La marmotte détient la connaissance du contrôle métabolique. Sa médecine est celle qui vise à se rendre dans le grand inconscient pour aborder le mystère de la mort sans mourir.

MOUFETTE (*SCONSE*)

Points clés : Sensualité, respect et estime de soi

Cycle de puissance : Toute l'année

Au Brukner Nature Center où je suis bénévole du programme animalier et en tant que guide des sentiers découverte, il y a une tradition concernant les évocations de la moufette (également appelée *sconse*). Avant d'en montrer une, on demande toujours à l'auditoire de lever la main et de répéter après l'intervenant : « Je promets… de ne pas… me tenir le nez… ni de pousser des hauts cris… quand le prochain animal va apparaître. » Naturellement, à ce stade, chacun sait généralement que c'est une moufette qu'il va voir.

La moufette

La moufette est particulièrement connue pour sa projection d'une sorte

de musc à la fragrance nauséabonde reconnaissable. Si cette émanation ne tue pas, elle impose un respect salutaire à ceux qu'elle rencontre.

La moufette est l'un des mammifères les plus largement connus, mais il est aussi l'un des plus mal compris. Ce puissant totem a des associations mystiques et magiques. Observez simplement la réaction des gens à son endroit. Ils témoignent d'un grand respect à son égard et pour ce qu'elle peut faire. C'est une partie de ce que la moufette peut enseigner : elle vous apprend comment manifester, attendre et réclamer du respect. Elle vous aide à prendre conscience de vos propres qualités et à les affirmer.

La moufette ne s'écarte devant aucun animal. Elle continue d'avancer à son propre rythme sans se préoccuper d'autre chose. Elle est sûre d'elle et a confiance en elle. Si une moufette se montre à vous, elle pourra vous aider sur ce point particulier. Elle peut vous montrer comment être plus confiant en vous et comment vous affirmer.

L'ennemi naturel de la moufette est le grand-duc. Elle est son menu favori. Ce hibou devrait donc être étudié car il est l'inverse ou la contrepartie de la médecine de la moufette. Son essence peut vous vous aider à comprendre comment appliquer au mieux la médecine de la moufette.

Ces petits animaux sont intrépides, mais ils sont aussi très paisibles. Ils se déplacent lentement et calmement. Et ils ne lâchent leur projection de musc qu'en dernier ressort. Parce qu'ils sont donc paisibles, ils donnent toujours des avertissements avant de projeter leur sécrétion. Cet avertissement se fait en trois phases. D'abord, la moufette tape du pied et vous tourne le dos. Ensuite elle lève la queue, dès lors que la glande qui projette se trouve juste en dessous. Et quand la troisième phase arrive, il est généralement trop tard. Après avoir levé la queue, la moufette regarde par-dessus son épaule. C'est pour viser et se placer dans l'axe précis de la projection. Dès qu'elle vous a repéré derrière elle, c'est trop tard.

Le *sconse* peut projeter son musc jusqu'à cinq ou six mètres

avec une phénoménale précision. Il peut répéter son « tir » cinq ou six fois avant d'avoir besoin de reconstituer sa réserve nauséabonde naturellement. La substance aspergée est irritante. Elle ne tue pas, mais peut piquer les yeux et engourdir les sens. Parfois, une moufette peut se montrer comme totem pour nous montrer comment obtenir plus d'attention sans nous montrer arrogants et/ou irritants. Inversement, elle se présente parfois pour nous aider à affronter ou gérer des personnes qui peuvent être scandaleusement irritantes. Le jus de tomate est la seule chose qui permette d'éliminer l'odeur de moufette. Ceux qui ont cette dernière pour totem constateront peut-être qu'ils ont une sensibilité à la tomate ou un besoin d'en avoir plus dans leur vie. Les qualités et caractéristiques de la tomate devraient être étudiées car, là encore, elle est l'inverse ou la contrepartie de la médecine associée à la moufette.

L'odeur de celle-ci est de celles que tout le monde – au moins en Amérique du Nord – peut reconnaître. Cela reflète la capacité de la moufette à réveiller chez les tiers une plus grande reconnaissance de vous-mêmes et de vos propres aptitudes. Le sens de l'odorat, on le sait, a des liens avec la sensualité et la sexualité. Des recherches sur les différentes connexions entre les fragrances et les réactions sexuelles sont actuellement menées. Ces études intègrent des expérimentations sur les phéromones et leurs premiers résultats révèlent déjà une surprenante ressemblance entre les cellules et les réactions des nerfs olfactifs d'une part, et celles des organes génitaux, d'autre part[14].

La fragrance ou le parfum ont depuis longtemps été utilisés comme des aphrodisiaques. Ceux qui sont sous l'influence de la médecine de la moufette constateront que l'utilisation des fragrances suscite des réactions dynamiques chez les membres de leur entourage. Les gens réagissent aux fragrances que vous utilisez. Une étude de l'aromathérapie sera bénéfique pour ceux qui ont ce totem. Quand la moufette se montre, vous pouvez vous attendre à ressentir de plus fortes attirances sexuelles et à en susciter chez les autres. Vous allez commencer à développer une plus grande aptitude à attirer les personnes.

Il est intéressant de voir comment les individus réagissent à certains parfums. Ils se plaignent que certaines fragrances les rendent dingues. N'avez-vous pas souvent entendu des personnes dire : « Je voudrais bien savoir quelle était cette odeur (ou ce parfum). Elle me rappelle quelque chose et elle me rend fou. »

Généralement, les moufettes ont une portée de dix petits environ par an. Les bébés peuvent projeter leur jet malodorant dès qu'ils ouvrent les yeux. Cela traduit l'intense niveau d'énergie avec lesquels naissent les individus ayant cet animal totem. Dans les premières années de leur vie, ils pourront être confrontés à des cycles relationnels extrêmes : alternativement, ils se verront repousser les tiers ou être repoussés par eux, ou alors ils attireront beaucoup de monde – en somme, beaucoup ou pas d'amis, jamais seul ou toujours seul. À vingt semaines, les jeunes peuvent sortir par eux-mêmes. Dans la Nature, la durée de vie d'une moufette peut atteindre une dizaine d'années. Cette durée souligne le type de cycles susceptible de se manifester chez ceux qui ont cet animal pour totem.

Les moufettes sont aussi connues pour être porteuses de la rage. Les mères dont c'est le cas la transmettent à leurs petits, même s'ils peuvent n'en montrer aucun symptôme jusqu'à six semaines après leur naissance.

Les personnes qui ont une moufette totem doivent apprendre à équilibrer leur inclination à attirer ou repousser les tiers. Cela suit un cycle naturel. La moufette est un animal solitaire pour l'essentiel. Elle peut nous rappeler qu'il y a de bons moments pour attirer les personnes et d'autres pour éviter les tiers. Trouver le bon équilibre est ce qui assure la prospérité.

Il y a deux types principaux de moufettes : les rayées et les tachetées. La moufette rayée est la plus connue et la plus aisément reconnaissable. Concrètement, une double bande court normalement de sa tête à sa queue. Cette bande – qu'elle soit unique ou double – est une indication du flux actif de la Kundalini ou force vitale (la Kundalini a des liens avec les énergies sexuelles et avec la force vitale qui est active dans tous les

aspects de nos processus de vie). Chez les individus ayant ce totem, la Kundalini est en général déjà active. Lorsque la moufette se montre, c'est souvent parce que le temps est venu pour eux d'amplifier et enseigner le contrôle et l'utilisation de cette force vitale plus efficacement.

Dans la métaphysique orientale et en particulier le yoga tantrique, les étudiants apprennent l'existence de trois canaux d'énergie, *nadi*, qui circulent dans le corps le long de la colonne vertébrale : *ida*, *pingala* et *sushumna*, c'est-à-dire la lune, le soleil et l'équilibre des deux. Cela reflète l'aptitude de ceux qui s'inscrivent dans l'énergie de la médecine de la moufette à activer ou neutraliser la force créatrice et à la diriger selon différents axes.

Les moufettes sont généralement assez silencieuses, donc il est bon pour ceux dont elle est le totem de *ne pas* signaler ce qu'ils font avec tambours et trompettes. Cela pourrait se retourner contre eux et ne servir qu'à éloigner les gens. Contentez-vous de vous asseoir et laissez les autres faire votre « publicité ».

Les moufettes sont très douées pour l'adaptation et ceux dont elle est le totem doivent apprendre s'adapter. Elles peuvent vous apprendre quand il sera bon d'être remarqué et comment gérer le plus efficacement cette situation. Elles sont carnivores, mais, en réalité, elles peuvent manger presque tout, particulièrement des insectes, des baies et des fruits. La moufette chasse la nuit.

Quand elle se présente comme totem, cela annonce des opportunités de manifester un nouveau respect et l'estime de vous-même. C'est l'indication qu'arrive le temps pour des leçons associées au développement de la sensualité tant sur les plans physiques, sexuels, psychiques que spirituels. Examinez l'image que vous avez de vous-même. Rappelez-vous que les gens vont vous remarquer. Vous pouvez contrôler leur façon de le faire et de se souvenir de vous. C'est ce que la moufette peut vous enseigner.

OPOSSUM (OPOSSUM DE VIRGINIE)

Points clés : L'utilisation des apparences

Cycle de puissance : Printemps

Il y a un certain nombre d'années, quand mes ateliers commençaient à connaître de plus en plus de popularité, un individu de la sphère ésotérique se mit à répandre des rumeurs sur mon compte au sein de certains groupes pour saper mon travail. Apparemment, il se sentait menacé par l'attention croissante qu'on m'accordait. Un soir, après un atelier, plusieurs personnes vinrent me confier ce qui se racontait. Je me rappelle ma fureur sur le chemin du retour chez moi. Je ne pouvais croire que cette personne inventait toutes ces histoires sur moi – après tout, on avait fait pas mal de chemin ensemble. Je savais que j'allais devoir me confronter à lui.

Quand je suis arrivé à la maison et que j'ai soulevé la porte de mon garage, une paire d'yeux a lui dans mes phares. Un opossum s'était trouvé un refuge temporaire dans mon garage. J'ai attrapé un balai et j'ai vainement tenté de le faire sortir. Finalement, j'ai laissé la porte ouverte, en espérant qu'il s'en aille tout seul et je suis rentré chez moi, momentanément distrait de ma colère.

Environ une heure plus tard, je suis ressorti pour voir où en était le garage. L'opossum avait disparu. J'ai rentré la voiture à sa place et j'ai tiré la porte. Elle n'a bougé que de quelques centimètres et s'est bloquée. J'ai tiré de nouveau et elle s'est encore bloquée. Comme il faisait sombre, je ne pouvais pas voir si la glissière dans laquelle elle coulissait avait un problème ou s'il y avait autre chose. Finalement, j'ai attrapé la poignée à deux mains et j'ai tiré aussi fort que je pouvais. La porte s'est déboîtée et elle a basculé. Simultanément, l'opossum a dégringolé de la porte de garage et m'est tombé sur la tête. J'ai dû faire un bond de deux mètres. Je ne sais qui a eu le plus peur – moi ou l'opossum. Apparemment, il était parvenu à grimper au-dessus de la porte et s'était niché d'une manière qui empêchait sa fermeture.

Il a filé assez abruptement après avoir rebondi sur ma tête et atterri sur le sol. Il paraissait aussi abasourdi et indemne que moi. Je me suis efforcé de reprendre mes esprits. J'ai éclaté de rire en

regagnant ma maison. La colère que j'avais ressentie en fin d'après-midi était maintenant totalement dissipée. Et c'est alors que j'ai décidé de ne pas répondre. Je me contenterais de faire le mort ou d'ignorer les rumeurs. En quelques semaines, ces rumeurs cessèrent et de nombreux appels téléphoniques me montrèrent que j'avais réagi de la manière appropriée. Personne ne croyait les calomnies et le nombre des auditeurs de mes ateliers ou de mes conférences ne fit que croître encore.

L'opossum de Virginie nous apprend à gérer nos manifestations et nos apparitions. Parfois, il peut être nécessaire de « faire le mort ». D'autres fois, il faut opposer un comportement particulier à certains événements pour réussir plus aisément et plus efficacement. C'est ce que la médecine de l'opossum peut enseigner. Il peut aussi nous aider à discerner les moments où les tiers adoptent un comportement faux ou cherchent à nous tromper. L'opossum a une énergie archétypale qui nous aide à utiliser nos apparitions pour notre plus grand profit et à repérer les moments où les autres cherchent à produire de fausses impressions. L'opossum nous apprend à détourner l'attention ou les pensées, ou bien à capter cette attention de la manière qui nous est nécessaire.

Parfois, il nous faut nous comporter ou agir d'une façon stratégique. Nous pouvons avoir besoin de paraître effrayés ou au contraire sans peur, même si ce n'est pas du tout ce que nous ressentons. Il peut être nécessaire de faire preuve de soumission ou au contraire d'agressivité, de sembler apathique ou, inversement, extrêmement attentionné. L'opossum est l'acteur suprême. Ainsi, ceux qui évoluent dans le domaine de la comédie ou qui ont besoin d'apprendre quelque chose sur le jeu de l'acteur auront tout intérêt à travailler avec lui.

C'est animal nocturne. Il est le seul marsupial d'Amérique du Nord. Les marsupiaux sont des animaux qui gardent leurs petits dans une poche ventrale. Quand les bébés naissent, ils sont aveugles, mais ils sont capables de grimper dans la poche dès l'instant de leur naissance. Ils y restent pendant environ un mois.

Au printemps, je m'arrête souvent pour examiner les opossums

écrasés sur la route. Il peut y avoir des petits dans la poche si c'est une femelle. Les jeunes peuvent survivre un peu à l'intérieur après la mort de la mère, mais pas très longtemps.

Les mamelles se trouvent dans la poche. La plupart des opossums en ont treize. Une portée peut compter plus de treize sujets, mais treize seulement au maximum survivront. Ce nombre est très symbolique. Si beaucoup l'associent à la malchance, il est aussi le nombre du soleil autour duquel tournent les douze signes du zodiaque. C'est un symbole du soleil intérieur.

La poche – surtout au regard de la capacité de l'opossum à se défendre en « faisant le mort » – est un reflet de notre propre aptitude à tirer de notre sac de « tours » ceux que nous allons pouvoir utiliser à notre profit. Elle peut nous montrer quelle apparence ou attitude « sortir de notre sac » pour optimiser nos chances de réussite. Le lait de la mère est riche en calcium ; le jeune opossum a en effet besoin d'une grande concentration de celui-ci. Ceux qui ont un opossum totem vont donc devoir contrôler leur taux de calcium.

L'opossum de Virginie, nous l'avons dit, est célèbre pour sa façon de « faire le mort ». C'est un quasi-état catatonique volontaire dans lequel la respiration devient minimale et pratiquement imperceptible. Le rythme cardiaque ralentit et l'animal dégage une malodorante exhalaison de mort. Il aura toutes les apparences de la mort. L'opossum peut entrer brusquement dans cet état et en sortir tout aussi abruptement – pratiquement à volonté. Cette disposition permet de duper de nombreux prédateurs. La surprise les distrait et l'opossum est en mesure de s'échapper. C'est ce type de flexibilité et d'aisance à passer d'une apparence à l'autre que l'opossum peut enseigner à ceux qui l'ont pour totem.

Quand l'opossum se présente comme totem, posez-vous les questions essentielles suivantes : Êtes-vous en train d'agir – ou vous apprêtez-vous à le faire – de manière inappropriée ? Avez-vous besoin de renforcer votre propre apparence ? Les tiers adoptent-ils des apparences trompeuses devant vous ? Avez-vous besoin de détourner l'attention des tiers de certaines de vos

activités ? Les autres essayent-ils de détourner votre attention ? Est-il temps d'aller puiser dans votre sac de tours et d'en extraire de nouvelles stratégies ? Apprendre à simuler et à agir de différentes manières – et notamment de manière réaliste –, telle est la magie que l'opossum enseigne.

L'opossum de Virginie

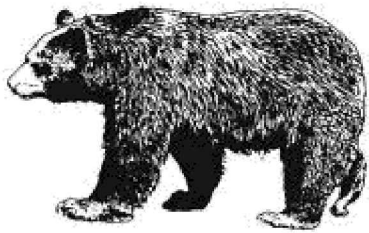
L'opossum est un merveilleux animal avec une aptitude unique à détourner les pensées en se montrant au bon moment. Il peut vous apprendre à ajuster vos comportements et vos apparences pour votre plus grand profit.

OURS

Points clés : Réveiller le pouvoir de l'inconscient

Cycle de puissance : Printemps et été

L'ours est un puissant symbole et une image imposante tant dans les mythes que dans les traditions. Les histoires d'humains changés en ours, d'ours métamorphosés en hommes ou apparaissant comme de quasi-dieux abondent. Cet animal a tellement frappé les imaginations que deux constellations portent même son nom – la Grande et la Petite Ourse. Les sept étoiles les plus lumineuses de la Grande Ourse sont probablement les plus reconnaissables de l'hémisphère Nord. La forme singulière de cette constellation a aussi reçu le nom de Grande Casserole, Grand Chaudron ou Grand Chariot, et les sept étoiles ont également des liens avec les sept rayons de lumière du divin.



L'ours a aussi une symbolique lunaire, ce qui le connecte au subconscient et même à l'inconscient. Il était associé à la déesse Diane, une divinité lunaire. C'est encore un symbole de l'alchimie, du *nigredo* – l'œuvre au noir – de la matière primordiale. Il est relié à tous les stades initiaux et aux instincts primaires.

Comme les oiseaux, l'ours est souvent considéré chez les Amérindiens comme une créature ressemblant aux humains parce que les uns comme les autres peuvent se tenir debout et marcher sur leurs deux jambes. Pour beaucoup de monde, l'ours et le loup sont les derniers vrais symboles du monde naturel primitif ; ainsi, de très nombreux écologistes pensent que la manière selon laquelle les hommes agiront vis-à-vis de ces deux espèces animales pour préserver leurs territoires et leur avenir sera la plus franche et sûre illustration des efforts sérieux entrepris par l'humanité pour préserver son propre environnement et les ressources naturelles qu'il renferme.

L'ours est le plus grand des carnivores mais, en réalité, il mange presque tout. Consommant plantes, fruits et viande, il est omnivore. À dire vrai, il ingère même moins de viande que de nombreux carnivores plus petits comme le renard.

Contrairement à la croyance populaire, l'ours n'hiberne pas vraiment, mais hiverne, ce qui est une léthargie moins complète. Il vit en grande partie sur ses réserves de graisse. La température de son corps descend un peu (13 degrés environ) et ses rythmes cardiaque et respiratoire se réduisent de moitié. La profondeur de son sommeil dépend largement de la quantité de graisse qu'il a stockée. Cela illustre la capacité de l'ours à enseigner à ceux qui l'ont pour totem comment aller chercher au fond de soi les ressources nécessaires à la survie. Il peut vous apprendre à puiser dans toutes vos réserves d'énergie et de « carburant » intérieures, y compris dans celles que vous n'avez jamais sollicitées et auxquelles vous avez pu ne jamais accéder. Méditer et travailler avec l'ours peut vous aider à plonger dans l'antre de votre âme, votre sanctuaire intérieur – pour trouver vos réponses.

Au cours du sommeil hivernal, les reins de l'ours noir arrêtent totalement de fonctionner. Les scientifiques étudient cette caractéristique en espérant découvrir des éléments qui faciliteront les transplantations de cet organe. Les médecins seraient ravis de trouver un moyen de dupliquer ce phénomène chez les humains afin de permettre à un rein malade d'avoir le temps de guérir. C'est un élément important de la médecine de l'ours.

Le rein assume une fonction vitale dans le corps en excrétant l'urine et en filtrant le plasma. Métaphysiquement, les reins sont des symboles de discernement et de différenciation. Si l'ours s'est présenté dans votre vie, posez-vous quelques questions importantes : Votre sens du jugement est-il « endormi » ? Et celui des personnes qui vous entourent ? Parvenez-vous à identifier ce qui est bénéfique dans votre vie ? Voyez-vous ou non ce qu'il y a de bon dans toutes les situations ? Êtes-vous trop critique envers vous-même ou les autres ? Voyez-vous le monde en rose ? La médecine de l'ours peut vous apprendre à vous plonger profondément en vous pour prendre vos décisions et faire vos

choix à partir d'une position de pouvoir.

Tous les ours sont étonnamment vifs et rapides. L'ours noir et le grizzly peuvent atteindre des vitesses de 55-60 km/h sur de courtes distances. Tous les ours, y compris l'ours polaire, peuvent grimper. Seule la hauteur de l'arbre décourage parfois leur ascension. Les ours sont très souvent associés aux arbres. Les programmes télévisés sur la Nature présentent souvent un ourson perché dans les arbres ou des adultes se frottant le dos contre un tronc. Il y a même des « arbres à ours » – des arbres portant des marques de griffes faisant office de balises le long d'un chemin rebattu et emprunté par un ours particulier.

L'arbre est un symbole très ancien et très puissant, tout comme l'ours. Il est une sorte d'antenne naturelle reliant le ciel et la terre. Les divers arbres ont des significations différentes, comme nous l'avons brièvement abordé dans une précédente partie de cet ouvrage. Mais de manière générale, on peut dire qu'ils représentent la connaissance. Ils sont aussi des symboles de fertilité, des choses qui croissent.

Comme les ours vous incitent à vous plonger dans l'intérieur de vous-même et à y réveiller vos potentiels, l'arbre vous rappelle que vous devez ensuite ramener à l'extérieur ce que vous avez réveillé et le mettre en œuvre – mettre votre « griffe » dessus. Tous ceux qui ont un ours totem doivent garder bien vivant l'ourson qu'ils ont en eux et, de temps en temps, grimper aux arbres – ne serait-ce que pour avoir un meilleur point de vue et une perspective claire.

Pour ceux qui l'ont pour totem, il importe de ne pas se cacher et de ne pas hiberner toute l'année. Vous devez sortir de votre tanière. Cette idée est même particulièrement illustrée par le processus de mise au monde des oursons. La femelle leur donne naissance au cours de sa période d'hivernation, donc de semi-léthargie. Généralement, elle accouche de deux oursons, parfois trois. Ils naissent sans défense et semi-conscients. Les oursons sont ensuite allaités en toute sécurité et dans la chaleur de la tanière tout l'hiver.

Lorsqu'arrive le printemps, la mère et ses petits émergent de

leur gîte. Mais les jeunes devront devenir suffisamment forts pour pouvoir suivre leur mère. Cet aspect est extrêmement signifiant pour ceux qui travaillent avec un ours totem. Il traduit souvent une nécessité de plonger profondément en soi, quand on a besoin de plus de solitude momentanée dans notre vie. Dans ces moments-là, vous pourrez rentrer en vous-même et donner même peut-être naissance à deux ou trois idées ou projets. Ceux-ci pourront être maturés – « allaités » – tout au long de l'hiver puis, au printemps, vous pourrez ressortir de votre hivernation virtuelle avec vos « bébés » pour leur permettre de croître.

Ceux qui ont un ours totem trouveront ce cycle de semi-hibernation et d'isolement pendant l'hiver très naturel. Ils constateront aussi qu'avec le printemps arrivent des opportunités d'agir avec plus d'assurance au sujet de ce qui a été « maturé » pendant les mois d'hiver. Mais les personnes « ours » devront être patientes, car les oursons restent avec leur mère pendant environ deux années. Cela peut vouloir dire que les projets que vous nourrissez n'arriveront peut-être à totale maturation que dans la deuxième année du cycle.

Bien qu'il soit lointainement relié au chien[15], l'ours est beaucoup plus proche du raton laveur[16]. Il y a une grande variété d'ours. Le plus commun est l'ours noir. Mais c'est un nom quelque peu inapproprié ou inexact car tous les ours noirs ne sont pas… noirs. Ils peuvent être bruns, cannelle, rougeâtres, argentés, et même blancs, entre autres combinaisons de couleurs. Tant les adultes que les oursons sont très joueurs. C'est une chose à ne pas oublier pour ceux dont l'ours est le totem.

L'ours le plus grand est le kodiak d'Alaska qui est un ours brun. Parent du grizzly, l'ours brun est relativement solitaire. Le grizzly est réputé de longue date pour sa force et sa férocité. Mais s'il peut effectivement se montrer violent, il n'est pas naturellement agressif.

De loin, le plus remarquable chasseur de la famille des ours est l'ours polaire. Cet ours blanc n'a aucune peur. Il est le plus carnivore et le plus agressif de tous les ours. Il se trouve au sommet de la chaîne alimentaire et n'a pas d'autre ennemi que

l'humain. Il se nourrit principalement de phoques, ainsi ceux qui l'ont pour totem devront-ils aussi s'intéresser au phoque.

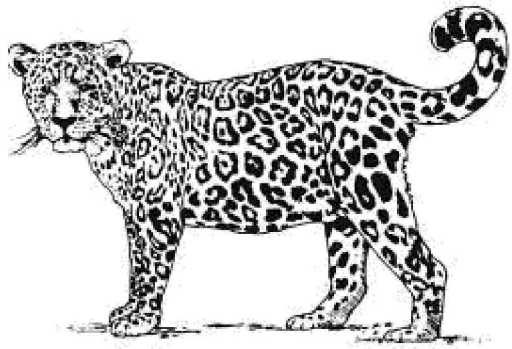
Tous les ours ont une grande faiblesse pour le miel, la douceur naturelle de la vie. On le trouve normalement dans les ruches, situées dans les arbres, ce qui reflète encore une fois la connexion des ours avec les arbres. Le miel est un nouveau rappel invitant ceux qui ont un ours totem à plonger en eux-mêmes pour aller réveiller leur pouvoir, sans oublier qu'ils ne pourront en « goûter le miel » que s'ils le ramènent à l'extérieur et le mettent en œuvre.

PANTHÈRE (LÉOPARD, JAGUAR)

Points clés : Revendiquer le vrai pouvoir

Cycle de puissance : Obscurité de la lune – Nouvelle lune – Hiver

La panthère est un totem très ancien et très puissant. Le nom « panthère » est généralement associé à des espèces particulières de léopard ou de jaguar, mais dans en Floride, le couguar (puma) est lui-même appelé panthère. Au regard du but de cet ouvrage, nous l'aborderons comme un membre de la famille du léopard et/ou du jaguar (mais pas du puma/couguar, qui, au demeurant, fait plus loin l'objet d'une entrée spécifique).



Comme la plupart des grands félins, la panthère est un symbole

de férocité et de bravoure. De même que le tigre et le lion, elle incarne l'agressivité et le pouvoir, mais sans la signification solaire. Dans le cas de la panthère noire, il y a incontestablement une symbolique lunaire.

Comme avec tout totem, une étude des caractéristiques particulières pourra fournir quantité d'informations sur les énergies éveillées chez ceux qui sont alignés sur cet animal. Les panthères de la famille des léopards se trouvent en Afrique, en Asie mineure, en Chine et en Inde. Celles de la famille des jaguars se rencontrent dans le sud-ouest des États-Unis (mais c'est rarissime), au Mexique, en Amérique centrale et dans certaines parties de l'Amérique du Sud. La méditation sur ce totem, quand il se révèle à vous, vous aide à déterminer si votre panthère appartient à la famille des léopards ou à celle des jaguars. Nonobstant, ces deux familles ont quantité de traits en commun.

En général, la panthère est plus petite mais plus féroce que les lions ou les tigres. Elle a plus de 500 muscles qu'elle peut utiliser à volonté. Cela en dit beaucoup à propos d'un individu « panthère ». On y voit là le reflet de son aptitude à effectuer une grande variété de tâches au gré de son désir. C'est simplement une question de décision et de mise en action de ces « muscles » particuliers – qu'ils soient physiques, mentaux, psychiques ou spirituels.

Globalement, les panthères sont solitaires, même si elles peuvent s'associer à d'autres. Mais elles sont plus à l'aise seules ou à l'intérieur de leur propre territoire qu'elles ont marqué. Elles ont donc plus de chances de se présenter aux individus qui ont une inclination à la solitude.

La panthère est une fascinante combinaison de beauté et d'utilité. Elles ont une grâce extraordinaire, une aptitude à se mouvoir avec aisance ou à se figer totalement. Elles sont silencieuses lorsqu'elles traquent ou chassent. Ceux qui ont une panthère pour totem trouveront leur plus grande puissance dans le silence lorsqu'ils poursuivent un objectif. Trop en révéler ou trop parler sur ce que vous faites ou visez peut nuire en partie à votre efficacité.

Les panthères sont d'excellentes sprinteuses, mais elles ne sont vraiment pas des coureuses de fond. Du point de vue de la santé, ceux qui ont une panthère totem doivent apprendre à rythmer leur travail en gardant du temps pour se reposer et jouer. Ils ne doivent pas pousser leurs tâches trop loin ou trop fort. S'ils le font, ils prennent de sérieux risques de créer des déséquilibres. En temps de problème ou de trouble – dans n'importe quel contexte –, les personnes « panthère » sont souvent les premières et les plus rapides à réagir. C'est particulièrement le cas dans l'environnement professionnel où elles répondent efficacement aux questions de pressions et de délais.

Après l'accouplement, les panthères ne restent ensemble que brièvement. La femelle s'occupe de l'éducation des petits et déteste les intrusions extérieures. Chez les humains, les mères « panthère » se comportent souvent de même. Elles n'aiment pas que quelqu'un – y compris leur mari ou compagnon – interfère dans ce qu'elles considèrent comme la bonne façon d'élever leurs enfants. La femelle panthère s'occupe pratiquement toujours seule de sa progéniture et on constate que les femmes qui ont une panthère pour totem agissent pareillement – que ce soit en résultat d'un divorce ou parce qu'elles ont un ascendant naturel dans ce domaine de la vie du couple.

Tous les chats ont une vision binoculaire. Chacun de leurs yeux peut travailler séparément, ce qui leur procure une plus grande profondeur de vision, en grossissant les images et en facilitant l'évaluation des distances. Ainsi, tous ceux qui s'alignent sur une panthère totem commenceront à développer une plus grande profondeur de vue – sur leur vie, sur les choses, les événements et sur les personnes. C'est plus qu'une simple vision psychique : il s'agit d'une connaissance intérieure.

Souvent les personnes entrent dans le domaine métaphysique en pratiquant des exercices et des méditations pour « allumer » leurs lumières intérieures. Les individus « panthère » sont généralement de ceux qui arrivent dans le monde avec leurs lumières déjà allumées. Aussi n'ont-ils pas à se décourager parce qu'ils n'expérimenteraient pas ce que décrivent les tiers en

« allumant » leurs lumières. Les êtres « panthère » doivent faire confiance à leurs pensées et à leurs visions intérieures (imaginations) car elles sont probablement très fondées.

Ceux avec qui la panthère se lie développeront un don de clairaudience, pour entendre les communications des autres dimensions et d'autres formes de vie. La panthère a une très bonne ouïe. Elle peut bouger les oreilles pour localiser précisément la direction des sons.

Elle a aussi des poils extrêmement sensibles sur le corps et particulièrement sur le visage. Ceux qui ont une panthère totem verront leur propre sensibilité au toucher s'accroître dès l'instant où le félin sera entré dans leur vie. La peau est notre plus grand organe sensoriel et nous percevons davantage le monde par son biais que nous ne le pensons. Les personnes à panthère totem prêteront attention à ce qu'elles ressentent quand quelqu'un les touche ou quand elles touchent quelqu'un.

Les poils du visage de la panthère sont particulièrement sensibles, comme je viens de le mentionner. Ceux qui l'ont pour totem peuvent développer une forme spéciale de psychométrie. Au lieu de tenir un objet et de « lire » ses vibrations à travers les mains, elles pourront le placer contre leur joue ou leur front pour connaître de puissantes sensations.

La sensibilité de la peau – la faculté du toucher – augmente les réponses dans l'ensemble du corps. Les choses – comme la nourriture – qui paraissent d'ordinaire écœurantes le seront encore plus pour les individus ayant ces totems. Les touchers qui sont sensuels et érogènes s'intensifient semblablement quand la panthère entre dans la vie de quelqu'un. L'arrivée de la panthère annonce l'éveil de la sensualité et de la passion, deux puissants outils des pouvoirs féminins.

C'est dans les heures d'obscurité que les panthères trouvent leurs plus grands éléments de pouvoir, ce qui est encore plus vrai pour ceux dont le totem est une panthère noire. La saison où leur pouvoir est à son maximum est l'hiver. Le moment le plus puissant du cycle lunaire est celui où la lune est dans les ténèbres, c'est-à-dire la nouvelle lune.

Le mythe a largement rapporté qu'une panthère du type léopard abusait les animaux dont elle voulait se nourrir avec son haleine parfumée. Le léopard tue en mordant la nuque de sa victime. Il n'attaque pas de face, mais bondit par-derrière. Ceux qui ont une panthère totem et qui sont en colère contre quelqu'un n'affronteront pas leur adversaire – et ils seront bien avisés d'adopter cette attitude. Ils doivent suivre patiemment leur cible et attendre de s'être approchés suffisamment pour frapper fort. Ils ne jouent pas quand ils chassent. Ces individus sautent pour ainsi dire à la gorge de leurs ennemis.

Le jaguar quant à lui traque aussi, mais avec beaucoup plus de puissance. Du fait de celle-ci, il tue d'une manière unique chez les félins en mordant tout simplement dans l'os temporal du crâne. Mais il est aussi connu pour être capable d'arracher la tête des animaux d'un unique coup de griffes. En raison de leur sensibilité, les individus à jaguar totem sauront instinctivement comment attaquer de manière optimale s'ils se retrouvent dans une telle situation – et ils peuvent même le faire mortellement en cas de légitime défense ou de réaction de colère. À cause de cette inclination naturelle, les individus ayant ce totem doivent apprendre à tempérer leurs réactions au risque de blesser involontairement des tiers plus profondément qu'ils ne le voudraient.

De toutes les panthères, la noire est probablement celle qui est associée au plus grand mysticisme. Elle est le symbole du féminin, la mère noire, la lune noire ou la face sombre de la lune. Elle est le symbole de la vie et du pouvoir de la nuit, celui des énergies féminines qui se manifestent sur terre. Elle est souvent un symbole des ténèbres, de la mort et de la renaissance qui en procède. Il existe toujours chez les humains une peur de l'obscurité et de la mort. La panthère noire nous aide à comprendre les ténèbres et la mort ainsi que ses pouvoirs et, corrélativement, en les reconnaissant, à éradiquer nos peurs et à utiliser ces pouvoirs.

En Chine, il existait cinq chats – ou félins – mythiques, parfois représentés sous la forme de tigres ou de léopards. La panthère

noire règne dans le Nord avec l'hiver pour saison de puissance et l'eau comme élément le plus efficace. C'est l'élément du féminin. La couleur noire est le totem de la plus grande affirmation du féminin sous tous ses aspects : l'enfant, la vierge, la séductrice, la mère, la guerrière ou la vieille sage.

Quand la panthère noire entre dans votre vie en qualité de totem, elle réveille vos passions intérieures. Mais elle peut aussi manifester des expressions débridées des pouvoirs et instincts les plus bas. Elle peut indiquer un réveil de la Kundalini, ce qui signale un temps de maîtrise de son propre pouvoir, mais plus encore. D'ailleurs, le point clé de la panthère noire est « la revendication du vrai pouvoir ».

La panthère apparaît comme un totem dynamique dans les mythologies et les textes sacrés du monde entier. Elle a été un symbole d'« Argos aux mille [ou parfois cent] yeux », qui gardait la génisse Io dont Zeus était tombé amoureux. Après sa mort, ses yeux furent transférés sur le plumage du paon. La panthère apporte toujours une énergie gardienne à ceux auxquels elle se montre.

Elle a même été attribuée à Jésus. Dans l'*Aboda Zara* (*Avodah Zarah*, « De l'idolâtrie », un des premiers commentaires juifs sur la Bible), elle est citée comme un des noms patronymiques de la famille de Joseph. On y lit notamment qu'un homme fut guéri « au nom de Jésus Ben Pantera » (Jésus, fils de Panthère/Pantera). Pour cette raison, la panthère annonce souvent un temps de renaissance après une période de souffrance et de mort à un quelconque niveau. Elle indique aussi qu'une question en suspens peut finalement commencer à trouver sa résolution, ou même que de vieilles blessures pourraient enfin guérir. Et avec la guérison viendra la revendication du pouvoir perdu au moment de la blessure.

La panthère était encore un symbole associé à Bacchus/Dionysos. Une légende raconte comment ce dernier fut allaité par des panthères, et il est parfois représenté aux rênes d'un char tiré par celles-ci.

Les mythes et les histoires sur Dionysos sont très symboliques.

Pour beaucoup, il est un symbole des désirs débridés et donc du réveil des forces de la Kundalini. Lui – et la panthère – symbolise un temps d'affranchissement des piliers – ou pôles – de l'existence pour passer dans une nouvelle vie sans poteaux, piliers ni barrières. D'une manière dionysiaque, la panthère réveille les désirs, les pulsions et autres aptitudes de l'inconscient qui ont été enfermés jusque-là. Elle signale l'imminence d'un réveil.

Ainsi, la panthère est le symbole du réveil de la quête héroïque. Tous les héros grecs sont nés de l'union d'un dieu et d'une mère mortelle – l'union du grand feu et de la grande féminité. Par conséquent, les héros avaient en eux les germes de la force divine qui leur fourniraient, *in fine*, l'impulsion pour dépasser les limites et restrictions ordinaires – pour négocier de nouveaux stades de progression et de purification. Les récits héroïques nous disent que quelle que soit la profondeur de la déchéance – infligée par soi-même ou par des forces extérieures –, il y a toujours une promesse de lumière et d'amour pour nous ramener à bon port. Quand la panthère entre dans votre vie, le chemin du retour est sur le point de s'ouvrir.

Dionysos a enduré des années d'errance, de rapines, de folie, de destruction et de souffrance avant de pouvoir prendre sa place dans les cieux. La leçon qu'il a à vous transmettre est la victoire sur les tendances négatives et les souffrances qui nous ont été infligées par nous-mêmes ou par d'autres pour accéder à la divinité. Le message de son histoire est que « nous sommes des dieux et déesses en devenir ».

Généralement, dans les vies de ceux qui ont une panthère pour totem, il existe déjà ou il va bientôt arriver sur la scène un individu qui servira d'instructeur, de protecteur et de guide sur le sentier héroïque. Dans le cas de Dionysos, il y eut le centaure Silène et les satyres. Ils symbolisent les réalités alternatives existant autour de nous et l'aptitude à les voir à volonté quand nous devenons des initiés de la voie héroïque.

Ces réalités alternatives s'ouvrent à ceux qui ont une panthère totem. Ces réalités alternatives, les êtres qui les habitent et

l'énergie de la panthère ont des liens avec les énergies sexuelles. La panthère peut donc indiquer un temps de résolution de questions d'ordre sexuel ou simplement d'acceptation de ces énergies comme de véritables pouvoirs, sans porter de jugement. Nous devons reconnaître et comprendre la nature transformatrice des énergies sexuelles et apprendre à les diriger consciemment.

Dionysos était un dieu de vie et de renaissance, de passion et de résurrection. Il est né deux fois. La panthère manifeste la venue prochaine d'opportunités pour devenir nous-mêmes des deux fois nés. Cela signifie souvent que nous risquons d'avoir à faire face aux meurtrissures de l'existence – ce qui ressemble à ce que l'on appelle dans d'autres contextes la « rencontre avec les gardiens du seuil » –, ces aspects de nous-mêmes ou de notre vie que nous avons gommés, occultés, pudiquement recouverts, repoussés au fond du placard ou dont nous avons simplement fait mine de nier l'existence. Parfois, cela veut dire que nous devrons souffrir de la perte de ce que nous pensions aimer le plus.

La panthère est porteuse d'une promesse de renaissance et de tutelle protectrice. Elle est la protection dont nous avons besoin dans ces moments-là. Elle est aussi le symbole du pouvoir que nous reprendrons aux ténèbres de notre vie – quelle qu'elles soient – dans lesquelles il était caché. La panthère est encore la promesse que ce qui est perdu sera remplacé par quelque chose de plus grand, plus fort et plus bénéfique.

Dans le mythe de Dionysos, le héros détient le thyrse magique, une baguette autour de laquelle s'enroulent des lianes de vigne ou de lierre, et surmontée d'une pomme de pin. Elle confère à l'individu la capacité de créer l'illusion. Pour l'individu qui suit cette voie et grâce à la panthère totem se réveille une aptitude à faire croire et voir aux tiers ce qu'il désire qu'ils croient et voient. Cette aptitude s'obtient et se renforce à l'aide d'une sérieuse autodiscipline. Comme la panthère noire, vous pouvez vous fondre aisément et autant que vous le voulez dans votre environnement.

Pour les Indiens d'Amérique du Nord et du Sud, le jaguar – particulièrement sous la forme de la panthère noire – était doté

d'un grand pouvoir et d'une grande magie. La panthère jaguar grimpe, court et nage – mieux encore que le tigre. Parce qu'elle peut si bien opérer dans tant de domaines, elle est devenue un symbole du pouvoir infini pour les Amérindiens d'Amérique latine. Elle était un symbole de la maîtrise de toutes les dimensions.

Pour les Indiens tucanos d'Amazonie, le rugissement du jaguar était le grondement du tonnerre. Ainsi la panthère noire était-elle la divinité des ténèbres et pouvait-elle provoquer les éclipses en avalant le soleil. Cela reflète le phénoménal pouvoir inhérent aux forces féminines. Ceux qui ont la panthère pour totem feront de plus en plus l'expérience de ce pouvoir.

Les Indiens arawaks disent que tout ce qui existe a un jaguar. Rien n'existe sans lui. C'est le lien de toute vie et de toute manifestation de la vie (donc des liens avec le féminin éternel au sein de toute vie). Pour eux, devenir un homme jaguar était le rituel de métamorphose ultime. Les Olmèques élevèrent des monuments au jaguar et les Mayas et les Aztèques évoquaient et enseignaient le pouvoir de devenir mi-humain mi-jaguar. Celui qui peut devenir un jaguar est libéré de toutes les restrictions culturelles. L'*alter ego* est libre d'exprimer ses désirs, ses peurs, ses aspirations.

Les chamanes indiens exécutaient des rituels pour emprunter le pouvoir du jaguar. Celui qui en était capable pouvait aussi bien faire un grand bien qu'un grand mal. Chez les Indiens d'Amérique latine, il existe une grande quantité d'histoires de vengeances, d'enlèvements, mais aussi de grandes guérisons liées à l'utilisation du pouvoir du jaguar.

Même dans les rituels égyptiens, une queue de panthère était enroulée autour de la taille ou nouée autour du cou pour protéger et renforcer celui qui la portait. On s'en servait au cours d'un processus appelé le « passage par la peau » – la version égyptienne de la métamorphose pour renaître avec le pouvoir de la panthère.

Nietzsche a dit jadis que « ce qui ne nous abat pas nous rend plus fort ». Cette même idée est éveillée dans les vies des personnes qui s'ouvrent au pouvoir de la panthère totem. Les

éléments de l'enfance et d'après qui ont engendré de la souffrance et suscité une perte de la créativité ou du pouvoir inné sont sur le point d'être réveillés, affrontés et transmutés.

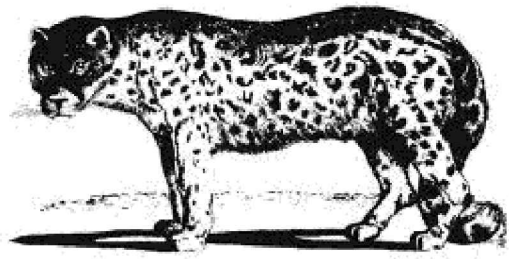
La panthère marque un nouveau virage sur le chemin héroïque de ceux auprès de qui elle se manifeste. Elle révèle bien plus que la simple accession à un certain pouvoir car reflète une volonté de réclamer et récupérer ce qui a été perdu, et une connexion intime avec la grande force archétypale qui la sous-tend. Elle donne une capacité à aller au-delà de ce que l'on a imaginé, en nous offrant des opportunités de le faire de manière disciplinée et contrôlée. Elle est l'esprit de la renaissance imminente.

PANTHÈRE (OU LÉOPARD) DES NEIGES

Points clés : Triompher de nos démons et de nos hantises – Renouveau de la vision et de la vitalité

Cycle de puissance : Aube – Petit matin et crépuscule – Fin de soirée

Les léopards et les jaguars sont les deux espèces tachetées de la famille des grands félins. Ils sont souvent liés et appelés de la même façon – avec le nom générique de « panthère ». Une étude de l'entrée précédente sur les panthères en général vous révélera bien des informations complémentaires.



De tous les félins, les léopards sont les meilleurs pour traquer une proie. Ils peuvent demeurer silencieux et rester inaperçus jusqu'à ce n'être plus qu'à quelques mètres de leur cible. Alors, ils

se dévoilent juste au moment de l'attaque qui ne durera que quelques secondes.

Les léopards ont de solides intuitions et instincts de chasseurs, qui se manifestent normalement très tôt chez les plus jeunes d'entre eux. Ceux qui l'ont pour totem possèdent généralement de grandes facultés d'intuition et une sensibilité exacerbée. Les bébés léopards apprennent très vite ce qu'ils sont en mesure de capturer à l'aune de leurs aptitudes et comment approcher au mieux de leur proie. Se fier à cet instinct intérieur fait partie de la leçon de vie pour ceux qui ont ce totem. Il peut ne pas être facile de développer cette confiance, surtout dans les sociétés occidentales où l'on nous apprend plutôt à ignorer l'intuitif pour ne suivre que la logique.

Le léopard parcourt son environnement en silence. Imiter sa démarche peut être un moyen, pour ceux dont il est le totem, de s'harmoniser avec lui. Le léopard marche les pattes tournées vers l'intérieur. Leur bord extérieur touche le sol en premier, évitant ainsi les objets susceptibles de faire du bruit avant que la masse totale de l'animal pèse dessus.

Le léopard chasse mieux la nuit et il garde souvent sa proie en réserve dans un arbre. L'une de ses caractéristiques traditionnelles est sa queue qui pendouille. Ce long appendice gracieux est souvent un symbole de sexualité et de potentiel inné.

On trouve le léopard des neiges dans les hautes montagnes d'Asie. L'avoir pour totem peut donc manifester une connexion avec une potentielle vie passée ayant eu pour cadre les régions où on le croise le plus couramment. Ses yeux verts et son pelage blanc tirant sur le gris constellé de rosettes en font l'un des plus beaux membres de la famille des léopards. Ceux dont il est le totem peuvent méditer sur ses yeux verts, la direction septentrionale et son habitat rocheux et montagneux pour avoir des idées quant au rôle spécifique qu'il peut jouer dans leur vie.

De tous les léopards, cette panthère des neiges est considérée comme la moins agressive. Si de nombreux félins sont connus pour s'en prendre occasionnellement à l'homme, ce n'est pas le cas du léopard des neiges, même s'il est capable de s'emparer de

proies beaucoup plus grandes que lui. Son environnement l'oblige à être extrêmement agile et excellent sauteur. Cela laisse entendre qu'il peut enseigner à ceux qui l'ont pour totem comment faire de grands bonds par-dessus les nouveaux obstacles rencontrés au cours de l'existence.

Le léopard des neiges est mêlé à quantité de mystères et de traditions. En Asie centrale, une croyance voulait que ce félin ne mange pas les chairs de ses victimes, mais se contente de sucer leur sang. Les plaies perforantes que laisse le léopard sur la gorge pour faire suffoquer sa proie sont sans doute à l'origine de cette fable. Quoi qu'il en soit, un grand symbolisme sous-tend cette croyance. Le sang est la force vitale d'une créature. Dans la plupart des sociétés humaines, il existait une autre croyance selon laquelle on devenait ce qu'on mangeait. Un animal qui ne consommerait que le sang et non la chair pourrait se voir attribuer une grande faculté de discernement en ce sens qu'il saurait n'absorber que les pouvoirs et forces vitales de la proie et non ses faiblesses (symbolisées par la chair). Pour ceux qui ont un léopard des neiges totem, cela peut traduire une opportunité d'apprendre à retrouver la force vitale perdue et à boire de nouveau à cette source, sans rester englués dans les vieux schémas.

On connaît aussi l'histoire de Milarépa, le saint poète du Tibet, qui resta coincé six mois dans la grande grotte des démons conquérants. Quand ses fidèles le retrouvèrent, ils découvrirent qu'il avait été changé en panthère des neiges. Celle-ci est un totem capable de manifester une énergie régénérée, une opportunité et une aptitude à vaincre ses propres grands démons. Ceux qui ont cet animal pour totem pourront opportunément faire des recherches sur Milarépa et méditer sur lui.

Le léopard des neiges vit en haute montagne. Les montagnes ont toujours été des lieux séparés des humains. Elles étaient les domaines des dieux. Le panorama y est superbe. Les animaux des dieux et déesses des montagnes étaient souvent consacrés au divin d'une manière ou d'une autre. Quand une panthère des neiges se révèle, cela peut suggérer une protection divine et un

réveil de l'étincelle de divinité au sein d'un individu.

Le léopard des neiges est solitaire et secret, car le voir – ne serait-ce que dans une vision – est une expérience aussi rare que précieuse. Il a une mystérieuse aptitude à se fondre dans l'immensité rocheuse de son environnement. S'il a une apparence trapue, du fait de son épais pelage, il est en réalité légèrement plus petit que les léopards ordinaires. Mais il est également un bon prédateur. Les caractéristiques du grand bharal (appelé aussi mouton bleu de l'Himalaya, bien qu'il appartienne plutôt à la famille des chèvres) devront être étudiées par ceux dont le léopard des neiges est le totem car ce caprin est l'une de ses proies les plus communes.

Si une panthère des neiges s'est révélée à vous, c'est qu'il est temps de vider votre esprit de ses hantises et démons. Vous trouverez en vous la force et la vitalité pour le faire – aussi vivaces qu'abondantes. Pour les vaincre, vous aurez assurément à effectuer de grands bonds.

L'apparition de la panthère des neiges peut indiquer qu'une période de 22-24 mois sera nécessaire pour chasser les démons et ouvrir de nouvelles perspectives (à l'âge de 22 mois, les jeunes léopards des neiges sont capables d'être autonomes). Ces félins détiennent la promesse d'une nouvelle vie, d'une nouvelle perception et d'une nouvelle perspective de vie.

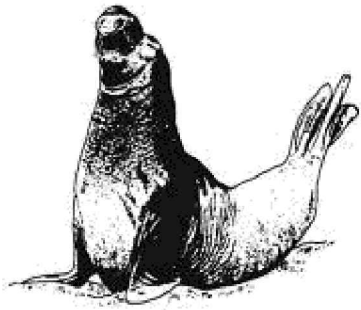
PHOQUE/LION DE MER/OTARIE

Points clés : Imagination active, créativité et rêve lucide

Cycle de puissance : Toute l'année

Les phoques et les lions de mer (otaries) amusent et fascinent la plupart des gens. S'ils se ressemblent beaucoup et partagent nombre de caractéristiques, ils ne sont pas identiques et ne doivent pas être confondus. Les deux appartiennent à l'ordre des mammifères appelés pinnipèdes, ce qui est généralement traduit par « pied-nageoire », alors que cela signifie littéralement « pied-plume » ou « pied-aile ». Le mot anglais pour phoque, *seal*, vient de l'anglo-saxon *seolg*, signifiant « (se) traîner » ; une allusion à

leur manière de se mouvoir sur le sol.



Si les phoques et les otaries passent du temps à terre, leur véritable environnement est l'eau. Toutefois, les otaries ne sont pas aussi pleinement des animaux aquatiques que les phoques. Elles sont aussi beaucoup plus mobiles sur le sol ferme que les phoques car elles possèdent des nageoires arrière beaucoup plus flexibles que celles de ces derniers. Leur cou est également plus flexible que celui des phoques. À dire vrai, la plupart du temps, ce que le commun des mortels appelle « phoques » sont en réalité des otaries (lions de mer).

Il existe davantage de variétés de phoques que d'otaries. L'éléphant de mer est le plus grand de tous. Il doit son nom à sa taille et au museau tombant des mâles en forme de courte trompe. Pendant la saison d'accouplement, ces mâles disputent de féroces duels et si beaucoup de sang peut être répandu, il n'y a généralement guère que la fierté qui est vraiment blessée. À la fin du XVIIIe siècle, la population d'éléphants de mer du Nord (l'espèce nord-américaine) n'était plus que d'une centaine d'individus à peine. L'espèce avait failli disparaître avant que des lois de protection soient promulguées. Aujourd'hui, elle s'est accrue. Le phoque commun (ou veau marin ; en anglais, *harbour seal*, « phoque des ports ») est le plus répandu. Comme les otaries et d'autres membres de la famille des pinnipèdes, il met bas hors de l'eau. Il faudra particulièrement étudier l'espèce d'otarie ou de phoque qui vous concerne pour connaître le rôle

spécifique que votre totem pourra jouer dans votre vie.

Le détail le plus symptomatique distinguant le phoque de l'otarie est que le premier n'a pas d'oreille externe, mais simplement de petites ouvertures. L'otarie possède des oreilles externes. Parce qu'elles sont petites, leur signification symbolique est d'autant plus importante. Les oreilles sont le centre de l'ouïe et de l'équilibre et cette signification devrait être mise en application dans votre vie.

Si un phoque ou une otarie s'est présenté à vous comme totem, il est temps de vous interroger : Avez-vous l'impression de perdre l'équilibre ? Votre faculté d'imagination s'est-elle tellement ouverte que vous n'avez plus les pieds sur terre ? Écoutez-vous des choses et des gens que vous ne devriez pas écouter ? Et à l'inverse, écoutez-vous vraiment ce que vous devriez ? Écoutez-vous la voix intérieure (particulièrement dans le cas d'un phoque totem – l'animal qui n'a pas d'oreille externe) ? Écoutez-vous davantage les paroles des tiers plutôt que les vôtres ?

Tant les phoques que les otaries sont associés à l'eau. Ils passent beaucoup de temps dedans ou à sa proximité immédiate. L'eau est l'élément créateur. Nous l'avons déjà dit, c'est un symbole du féminin, de l'émotionnel, de l'imaginatif et de l'onirique. Quand ces animaux se montrent, vous pouvez vous attendre à voir vos rêves devenir encore plus vivants et signifiants. Faites attention. Une grande partie de ce que vous rêvez et imaginez peut avoir un fort ancrage dans la réalité – aussi improbables que puissent paraître ces rêves.

Gardez un carnet de notes avec vous, alors que vos facultés imaginatives sont sur le point de se réveiller et de s'amplifier. Les phoques et les otaries peuvent vous apprendre à développer et à concentrer votre imagination. Ils peuvent vous apprendre comment utiliser leurs énergies pour agir sur le monde « réel » dans lequel vous opérez chaque jour. Ces animaux marins peuvent aussi vous permettre de garder les pieds sur terre pour que vous ne vous perdiez pas trop dans l'imagination.

Rappelez-vous que les phoques comme les otaries sortent de l'eau pour se reposer et se reproduire. Ils font toujours naître leurs petits sur le sol ferme. Cet élément très significatif traduit la

capacité à extraire la force créatrice de l'intérieur pour la mettre en action à l'extérieur. Pour les individus « phoque » ou « otarie », il sera important de faire attention à l'imagination et à l'inspiration créatrices qu'ils portent puissamment en eux. Ces personnes sont éminemment imaginatives et très créatives ; elles ont besoin d'activités susceptibles de canaliser et diriger ces énergies.

Cette sorte de créativité stimulée par ces totems est semblable aux forces vitales créatrices souvent associées aux créatures du monde des fées dans les légendes et le folklore. Les selkies des îles Shetland et d'Islande étaient des esprits des eaux qui avaient l'apparence de phoques. D'après la légende, elles venaient la nuit sur le rivage et quittaient leur peau de phoques, marchant et dansant au clair de lune sous la forme d'hommes et de femmes. Les femmes selkies étaient de splendides créatures désirables, tandis que les hommes selkies étaient aussi beaux et amoureux. Une femme humaine qui voulait avoir des enfants devait aller sur le rivage et pleurer sept larmes dans l'eau pour faire remonter un amant selkie des profondeurs.

Les énergies créatrices stimulées par ce totem n'ont pas de limites. Elles illuminent les rêves et réveillent l'imagination pour qu'ils puissent se manifester dans le monde extérieur. La force archétypale des phoques et des otaries aide ceux qui les ont pour totems à contrebalancer l'imagination intérieure par les réalités extérieures – et à rendre ces deux aspects plus colorés et plus bénéfiques.

PORC-ÉPIC

Points clés : Sens rénové de l'émerveillement

Cycle de puissance : Automne

Les porcs-épics sont des mammifères fascinants et souvent incompris. Le porc-épic (en anglais, *porcupine*) appartient à la famille des rongeurs. On l'appelle parfois hérisson (en anglais, *hedgehog*), mais c'est une erreur, car le vrai hérisson est un animal totalement distinct.

Les porcs-épics sont de nature aimable. Ils se déplacent à leur rythme traînant. Bien qu'ils paraissent un peu gauches et lents sur le sol, ce sont d'excellents grimpeurs. Le porc-épic nord-américain peut grimper ainsi jusqu'à quinze ou vingt mètres de haut. Ses pattes sont courtes mais fortes. Il a une capacité unique pour s'en servir afin d'évaluer la résistance des branches sur lesquelles il veut se hisser.

Ces porcs-épics d'Amérique vivent dans les arbres, principalement dans les forêts de pins. Ils mangent l'écorce de différents arbres, et notamment de conifères. Ils adorent les fleurs, les jeunes feuilles et les nénuphars. Ils ont aussi une grande faim de sel et mangeront tout ce qui pourra exhaler la plus légère odeur de sel. Les individus qui l'ont pour totem risquent de devoir étudier leur consommation de sel. Ils peuvent avoir tendance à en chercher et à en abuser.

J'ai rencontré mon premier porc-épic dans la nature dans le nord de l'Ontario, au Canada. Je m'étais retrouvé à devoir porter mon canoë et alors que je gagnais le niveau suivant de la rivière, j'ai aperçu un porc-épic au bord de celle-ci, à environ trois mètres, en train de manger des nénuphars. Il a levé les yeux vers moi, plus curieux et amusé qu'inquiet, puis a simplement repris son repas, plus intéressé par son nénuphar que par moi.

Cela en dit beaucoup de la personnalité et du caractère du porc-épic. Il a une bonne nature et semble prendre plaisir à tout ce qu'il fait. Il a un fort sens de la curiosité, et il paraît être fasciné et émerveillé par presque tout ce qu'il rencontre. C'est cette

même qualité que le porc-épic peut éveiller chez ceux dont il est le totem. Bien qu'il ait une piètre vue, il demeure extrêmement curieux et pas franchement prudent au regard de ses limites visuelles.

La caractéristique du porc-épic la plus notable, est évidemment ses piquants. C'est aussi la plus mal comprise. Ces piquants – au nombre d'environ 30 000 – recouvrent tout son corps, à l'exception du visage, de son ventre et de sa queue. Ils sont contrôlés par une couche de muscles. Ils peuvent ainsi reposer à plat ou se dresser. Quand le porc-épic est importuné, agressé ou menacé, les piquants se relèvent. Ces derniers sont remplis d'air, ce qui permet à ce rongeur de flotter facilement dans l'eau. Ainsi le porc-épic peut-il nager et se mouvoir dans les espaces émotionnels (symbolisés par l'eau).

Contrairement à la croyance populaire, les porcs-épics ne peuvent projeter leurs piquants. Encore une fois, menacés, ils les hérissent. Pour protéger leur visage, ils l'enfouissent entre leurs pattes avant pour que les piquants les protègent. Ceux-ci sont lâchement attachés et se détachent facilement. Les porcs-épics fouettent alors l'air de leur queue, souvent en visant la tête du prédateur. S'ils touchent leur cible, ils y laissent leurs piquants.

Il n'y a pas de venin dans ces derniers, mais leur extrémité est barbue. Alors que le piquant pénètre la chair d'un adversaire, la barbe se dilate. Chaque fois que le prédateur fait un mouvement, le piquant s'enfonce un peu plus. Il est impossible aux autres animaux de le retirer de leur corps.

Le plus grand – et presque unique – prédateur du porc-épic d'Amérique est le pékan (ou martre pêcheuse, en anglais *fisher*), de la famille de la belette. Longtemps les naturalistes ont cru que le pékan tuait le porc-épic en le retournant sur le dos, mais ils savent maintenant que c'est faux. Le pékan attrape en réalité le porc-épic par le nez, en lui mordant le visage encore et encore jusqu'à ce qu'il meure. Ce cousin de la belette s'est montré si performant dans la chasse au porc-épic que ces derniers sont devenus rarissimes en liberté. Les individus « porc-épic » devraient donc aussi étudier la famille des belettes, en particulier

cette martre pékan.

Les pumas parviennent aussi à attraper des porcs-épics. Eux ont bel et bien appris à les retourner sur le dos pour exposer leur ventre vulnérable. Le puma – qui fera l'objet de l'entrée suivante – pourra donc être également étudié par ceux dont le porc-épic est le totem.

Généralement, les porcs-épics vivent dans des arbres creux, des grottes et des cavités rocheuses. En hiver, ils passent beaucoup de temps dans les arbres. Il est plus facile pour eux de grimper que de se traîner dans la neige.

D'ordinaire, il ne naît qu'un porc-épic à la fois, même si, occasionnellement, on peut assister à une naissance de jumeaux. Ils s'accouplent en automne et le petit naît environ sept mois plus tard. Seule la mère élève le jeune. Les porcs-épics peuvent vivre 9 à 15 ans, et même 18 ans pour certains sujets exceptionnels.

Les porcs-épics adultes sont souvent vus debout sur leurs pattes arrière et se balançant d'avant en arrière en agitant leurs pattes. C'est un exercice rythmique. Quand on l'observe, il ressemble beaucoup à une danse. Ainsi les porcs-épics peuvent-ils nous aider à adopter de nouveaux rythmes dans la danse de la vie – des rythmes qui susciteront l'émerveillement. La danse est aussi une occasion de réjouissance dans laquelle ceux qui ont le porc-épic pour totem pourront trouver plaisir et détente.

Les porcs-épics sont aussi susceptibles de renifler. C'est une maladie de type grippe qui affecte les animaux. Généralement, elle est la conséquence d'une carence nutritive. Ceux dont le porc-épic est le totem doivent surveiller leur alimentation et vérifier qu'elle est riche en substances nutritives et en vitamines. Manger des légumes verts sera particulièrement bon pour la santé, dès lors que le porc-épic est un herbivore. Si vous ressentez une baisse d'énergie ou les premiers symptômes d'un rhume ou d'une grippe, surveillez votre alimentation.

Les personnes « porc-épic » ont le chic pour se moquer des gens vertement et puissamment si elles sont énervées. Elles ont le chic pour dire ou faire des choses qui provoqueront le plus de

mal le plus longtemps possible – comme la barbe des piquants pénétrant de plus en plus profondément dans la chair. Elles ne se servent pas toujours de cette faculté, mais quand elles le font… le message est bien reçu.

Quand un porc-épic se montre à vous, observez votre vie. Laissez-vous les opinions de tiers vous empêcher d'explorer des activités qui, sans cela, pourraient être drôles et plaisantes ? Vous accordez-vous des temps de récréation ? Êtes-vous excessivement sensibles aux « barbes » – aux piques – des tiers ? Et vos « barbes » à vous sont-elles inappropriées ou sapent-elles la joie de personnes de votre connaissance ? Laissez-vous d'anciennes « barbes » continuer de vous irriter et de vous piquer ? Parfois, il est nécessaire d'enlever de vieilles « barbes », même si c'est douloureux, pour qu'elles n'empoisonnent pas tout l'organisme.

Les porcs-épics peuvent vous montrer comment résister aux « barbes » et aux piques des tiers. Ils peuvent vous apprendre à jouir de la vie et à entretenir votre capacité à vous émerveiller, même quand les circonstances sont difficiles. Ils peuvent vous montrer comment avancer à votre rythme, tranquillement, sans trop de sérieux, mais en aboutissant toujours. *In fine*, ils peuvent vous indiquer comment protéger votre enfant intérieur de toutes les « barbes » de la vie et vous révéler la force qui réside dans votre vulnérabilité.

PUMA (COUGUAR)

Points clés : Intégrer son propre pouvoir

Cycle de puissance : Toute l'année

Tout au long de l'histoire, le puma a été connu sous différents noms[17] : puma donc, mais aussi lion des montagnes, couguar, panthère, catamont (en anglais *catamount* ; contraction de *cat of the mountains*, chat des montagnes), chat fureteur ou fantôme (*sneak cat* ou *ghost cat*), hurleur des montagnes (*mountain screamer*), et bien d'autres. Couguar, panthère et puma sont les plus communs. Couguar, c'est en réalité son nom sud-américain

et puma vient de la langue quechua parlée par les Incas. La panthère de Floride appartient à la même famille, mais elle ne devrait pas être confondue avec la panthère de la famille des léopards/jaguars déjà abordée plus haut. Dans votre approche du puma, y a-t-il un nom qui vous attire davantage ? Cela peut entre autres vous guider vers d'éventuelles connexions de votre totem avec une vie passée[18].

Les premiers colons ont pris par erreur le puma pour une lionne. « Les négociants hollandais de la Nouvelle Amsterdam (New Amsterdam, aujourd'hui New York) ont demandé aux Indiens pourquoi ils n'apportaient que les peaux des femelles. Les Indiens voulant se moquer des commerçants blancs ignorants leur dirent que tous les mâles vivaient dans une lointaine chaîne de montagnes et qu'ils étaient si féroces que personne n'osait les chasser. C'est de là qu'est venu le nom lion des montagnes[19]. »

Le chat est le deuxième plus grand félin de l'hémisphère occidental. C'est aussi l'un des animaux les plus rapides et les plus puissants, mais il se fatigue vite. Il est assez fort pour tuer avec sa morsure ou ses griffes. Il peut faire des bonds de près de 12 mètres.

C'est un chasseur silencieux qui chasse « à l'affût ». Nombre des qualités déjà vues à propos de la panthère s'appliquent aussi au puma. Si ce dernier s'est montré dans votre vie, il est temps d'en apprendre davantage sur son pouvoir spécifique. Testez votre propre pouvoir. La plupart des jeunes pumas apprennent à utiliser le leur au fur et à mesure de leurs essais et de leurs erreurs. Cela les renforce et leur permet de peaufiner leurs aptitudes et habiletés. Quand le puma devient votre totem, nombre des essais préparatoires ont déjà été faits. Maintenant, il est temps de vous affirmer.

Les gens peuvent ne pas apprécier votre nouvelle manière de vous affirmer. Ils peuvent vouloir vous cantonner à la catégorie dans laquelle ils vous ont toujours rangé. Vous pouvez choisir de demeurer ainsi ou de montrer vos muscles et faire la démonstration de vos capacités. Ceux qui adoptent la médecine du puma se retrouvent aisément en butte à des attaques,

particulièrement de la part de ceux qui voient un certain confort dans le *statu quo* et n'ont aucune envie de vous voir vraiment grandir. Rappelez-vous qu'il y aura toujours certaines personnes n'appréciant pas de vous voir empiéter leur sphère de pouvoir ou ne désirant jamais reconnaître le vôtre. Si le puma se présente à vous, vous devez faire un choix vite, et fermement. Un puma bondit sur les opportunités.

Les cervidés sont les proies favorites des pumas. Tous ceux qui ont un puma totem devraient donc étudier aussi le cerf. L'une des qualités incarnées par ce dernier est la gentillesse. Ceux qui ont le puma comme totem doivent se rappeler que le pouvoir peut s'affirmer et se revendiquer gentiment. Il y a de la force et du pouvoir dans la gentillesse. C'est aussi un rappel qu'il y a des moments pour être gentil et d'autres pour affirmer son pouvoir avec force. Cela fait partie des enseignements du puma.

Le couguar a aussi des connexions avec le porc-épic dont les qualités vont par conséquent devoir être également examinées. Le couguar est l'un des très rares animaux capables de tuer un porc-épic sans se blesser. En fait, un tiers de son alimentation peut être constitué de porcs-épics. Le puma a appris à retourner sur le dos ces rongeurs à piquants afin d'exposer leur ventre vulnérable.

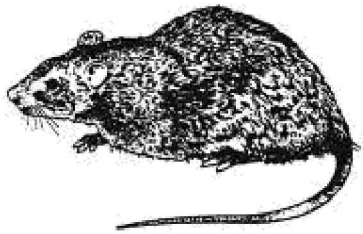
Le puma enseigne l'esprit de décision dans la mise en œuvre de son pouvoir personnel. Quand il attaque, il n'hésite pas. Quand il est menacé, il cherche le point le plus vulnérable. Le cougar vous enseigne comment exprimer votre pouvoir et en remplir votre cœur d'une manière qui vous permettra d'assumer résolument votre vie. Vous constaterez votre capacité à utiliser ce pouvoir pour vous défendre ou attaquer – avec une égale performance. Le puma vous apprend à prendre en charge votre vie et les circonstances de celle-ci plus efficacement.

RAT

Points clés : Succès, agitation et perspicacité

Cycle de puissance : Toute l'année

La vue d'un rat perturbe de très nombreuses personnes. Les rats sont souvent porteurs de maladies contagieuses. S'ils n'ont pas très bonne réputation, ils ont une formidable capacité d'adaptation.



En astrologie chinoise, la première année est attribuée au rat. Une légende raconte qu'un jour, Bouddha convoqua tous les animaux. Mais seuls douze se présentèrent. Le premier fut précisément le rat. Pour honorer chacun de ces douze-là, Bouddha attribua leur nom à douze années successives ; la première étant donc le rat. On dit que les personnes nées sous le signe du rat ont une prédisposition au succès, qu'elles sont parfois nerveuses et agitées, en permanente ébullition, mais toujours astucieuses.

Si le rat peut être un fléau en ville, son cousin le rat des bois – ou des champs – est un animal tout à fait exceptionnel. Il est intelligent et manifeste même souvent une aptitude au raisonnement. Des études ont montré que les rats sauvages étaient plus vifs que les rats de laboratoire.

En dépit de tous les efforts de l'humanité, le rat est parvenu à proliférer. Cette soif de succès peut être ce dont le rat vient vous parler. Montrez-vous trop votre « soif » ? Ou pas assez ? Avez-vous besoin de vous montrer plus agressif dans la poursuite de vos objectifs ?

Les rats sont éminemment sociables et coopèrent souvent pour survivre. Ils stockent de la nourriture, ce qui reflète une capacité d'économie notable. Ils sont peut-être les animaux les plus capables d'adaptation et peuvent survivre dans la plupart des

environnements.

Deux rats ont été introduits en Amérique du Nord : le rat noir (*rattus rattus*) venant d'Orient et le rat brun (*rattus Norvegicus*, littéralement « rat de Norvège »). De ces deux-là, le second est généralement considéré comme le plus nuisible en raison de sa propension à détruire aisément de grandes quantités de réserves de nourriture. Si possible, identifiez votre rat. Commencez par vous demander s'il s'agit d'un rat des villes ou d'un rat des champs. Puis allez plus loin.

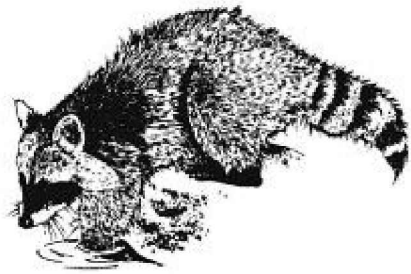
Si un rat se présente comme totem, vous allez peut-être vous trouver plus agité, plus fébrile. Il peut aussi indiquer un moment de vous montrer plus astucieux dans vos affaires. Gérez-vous correctement les fléaux de votre vie ? Avez-vous besoin de vous montrer plus flexible ? Plus capable d'adaptation ? Il peut même traduire la nécessité de vous montrer plus agressif dans vos entreprises si vous voulez qu'elles soient couronnées de succès. Le comportement du rat quand vous le verrez déterminera le type d'énergie spécifique qu'il vous apporte.

RATON LAVEUR

Points clés : Dextérité et déguisement

Cycle de puissance : Printemps et été – Période nocturne

Les ratons laveurs sont des animaux fascinants. Ils sont lointainement liés à l'ours. Par conséquent, ce dernier pourra être étudié parallèlement par ceux qui ont un raton laveur pour totem. Ce dernier est un des animaux les plus capables d'adaptation et, du fait de l'envahissement de son habitat naturel, il s'est montré capable de vivre en ville.



Certains pensent que le nom anglais du raton laveur, *raccoon*, dérive d'un mot algonquin, *arckunem* ou *ärähkunem*, signifiant « il gratte avec les mains »[20] (et *raccoon* aurait été déformé en « raton » en français). Ses pattes sont très habiles. Le raton laveur est un expert dans l'art d'ouvrir les couvercles, les loquets, les poignées de porte et bien d'autres choses du même ordre. Pour cette raison, ils ont souvent une réputation de voleurs – et en tout cas d'être capables de s'introduire dans des endroits où ils ne devraient pas. Il ne serait néanmoins pas surprenant de découvrir que des voleurs et des cambrioleurs possèdent la médecine du raton laveur, même s'ils ne l'utilisent pas positivement.

Les ratons laveurs sont fascinés par l'eau. Ils aiment y tremper les mains et chercher leur nourriture dedans. Cela a donné corps à la croyance selon laquelle ils ne mangeraient jamais rien sans l'avoir d'abord lavé. En réalité, l'eau accroît la sensibilité des mains du raton laveur et ils peuvent ainsi mieux sentir leur nourriture.

Le raton laveur mange quasiment tout ce qui est disponible. Il capture de petites proies, mais, généralement, il consomme plutôt des légumes et des fruits. C'est un élément que ceux dont il est le totem devraient garder à l'esprit.

Les ratons laveurs sont extrêmement curieux, ce qui explique en partie pourquoi ils mettent le nez partout et se retrouvent là où ils ne devraient pas. Ils adorent explorer. Leurs excursions nocturnes sont comme de mini-aventures. Ainsi peuvent-ils être très curieux de découvrir de nouveaux univers et vont-ils examiner

tout ce qui les fascine.

L'un des traits les plus frappants du raton laveur est le masque qui lui barre les yeux. Si, encore une fois, on a coutume d'associer cette caractéristique avec le brigandage, elle confère en réalité un très puissant symbolisme mystique à cet animal. L'utilisation de masques pour atteindre des états modifiés de conscience et/ou pour des rituels divers ou des pratiques de guérison a fait partie de toutes les civilisations et sociétés humaines. La fabrication de masques est un art très ancien qui a été utilisé dans le monde entier pour les cérémonies, les célébrations et les diverses pratiques magiques.

Dissimulé derrière un masque, un individu peut être quelque chose ou quelqu'un d'autre. En portant un masque, on peut devenir ce qu'on veut. Les masques sont imprégnés de mystère. Ce sont des outils de transformation. Les aspects cachés, les secrets, facilitent cette dernière. Grâce à la magie qu'ils nous transmettent, ils nous aident à changer ce que nous sommes en ce que nous voulons être.

À l'instar de ce qu'il induit chez le raton laveur, le masque suscite l'ambiguïté et l'équivoque. Quand nous en portons un, nous ne sommes plus ce que nous croyions être. Nous pouvons parvenir à ne plus faire qu'un avec certaines forces. Nous ouvrons une porte dans l'esprit et dans le monde physiques, un seuil que nous pouvons franchir pour gagner de nouvelles dimensions et de nouveaux états d'être.

C'est la magie du raton laveur. Il est un expert en matière de déguisement et de secret. Il sait comment porter un masque à des fins très variées. Il peut nous enseigner comment nous masquer, nous déguiser et nous transformer. Chacun développe la relation qu'il entend avec le raton laveur, mais la médecine de ce dernier peut nous apprendre à être habiles dans l'usage des masques que nous revêtons. Par exemple, il peut nous montrer comment porter un masque de guérison, ou nous révéler le visage que nous exhiberons en l'arborant. Le raton laveur détient la connaissance de l'art du changement de visage.

Quand je me rends à mes cours, stages ou ateliers, je guette en

route les animaux qui peuvent apparaître afin de déterminer le type d'énergies qui vont être associées à ma session à venir. La première fois que j'ai enseigné la création de masques, je n'ai aperçu aucun autre animal que ceux que je vois habituellement au cours de mes périples. D'une certaine manière, j'étais assez surpris car, d'ordinaire, quand je suis confronté à de nouveaux cours ou classes, de nouveaux animaux se montrent.

Le cours s'est bien passé. Et alors que je repartais en voiture, les yeux d'un animal ont scintillé dans mes phares. J'ai ralenti en pensant qu'un chat ou un chien s'apprêtait à traverser la route. Mais en me rapprochant, j'ai vu un raton laveur assis au bord de la chaussée, ses yeux masqués pointés fixement sur moi. J'ai continué d'avancer très lentement et je me suis arrêté à côté de lui. Il ne bougeait pas et se contentait de me regarder. La chair de la poule a parcouru mon corps alors qu'avec un hochement de tête, je le remerciai pour m'avoir aidé pour mon cours. Je n'avais jamais imaginé, jusque-là, que le raton laveur pourrait ajouter son énergie à la leçon sur la création de masques. Depuis lors, j'ai toujours vu un raton laveur à l'aller ou au retour d'un cours sur ce sujet. Et j'honore le raton laveur pour son aide.

Les ratons laveurs détiennent, je l'ai dit, la connaissance de la transformation par le masque et le déguisement. Celle-ci peut s'appliquer aux pratiques rituelles et religieuses mais aussi aux activités de la vie quotidienne ordinaire. Pour obtenir une plus grande réussite, avez-vous besoin de présenter un visage différent à certaines personnes ? Dissimulez-vous votre vraie personnalité ? Les tiers dissimulent-ils la leur ? Le raton laveur peut vous aider à répondre à ces questions.

Il n'hiberne pas, mais plonge dans un profond sommeil en hiver en vivant sur ses réserves de graisse. Il y a là un lien avec l'idée d'apprendre à utiliser un masque pour faire dormir ou mettre au repos un aspect de soi-même afin d'en réveiller un autre. Cela fait partie de l'enseignement de la médecine du raton laveur. Il vous aide à développer une vraie dextérité en matière d'utilisation des masques pour atteindre de nouveaux états modifiés de conscience et de nouvelles dimensions.

Les ratons laveurs sont très courageux et ils peuvent même se montrer assez féroces. Des portées de ratons laveurs sont amenées chaque printemps et au début de l'été au Brukner Nature Center. Travailler avec eux et m'en occuper m'a appris à respecter cette férocité – même quand ils sont jeunes. En vieillissant, ils peuvent se montrer très revêches. Dans la Nature, les ratons laveurs sont trompeurs et agiles. Ils sont experts en matière d'autodéfense.

Ils adorent les troncs creux, notamment pour y faire leur tanière. Normalement, ils ont une ou deux portées par an, de deux à sept petits. Au terme de vingt semaines environ, le jeune raton laveur peut vivre de manière autonome, mais ils sont très sociables. Ainsi, là où vous voyez un raton laveur, vous en trouverez généralement d'autres. Par ailleurs, ils ne vivent pas plus longtemps en liberté que la plupart des autres animaux, à savoir une dizaine d'années.

Si un raton laveur se montre à vous, vous pourrez voir son influence un long moment. Si vous essayez de faire des changements ou que vous entreprenez de dissimuler aux tiers des changements que vous accomplissez jusqu'à ce que les choses soient mieux assises, prévoyez la mise en œuvre d'un cycle de vingt semaines. Cette durée s'avérera très efficace. Mais lorsque le raton laveur se présente à vous, vous pouvez aussi envisager des planifications beaucoup plus longues pour opérer des transformations plus importantes et plus longues.

RENARD

Points clés : Magie féminine du camouflage, métamorphose et invisibilité

Cycle de puissance : Ambiances nocturnes – Nuit – Aube – Crépuscule

Le renard est un totem qui a touché presque toutes les sociétés humaines de la planète. Il parle du besoin de développer ou de réveiller le camouflage, l'invisibilité et la métamorphose. Assurément, il s'agit de l'un des animaux les plus

exceptionnellement habiles et ingénieux de la nature. Il peut enseigner ses expertises aux personnes dans la vie desquelles il s'introduit.

Il existe vingt et une espèces de renards et on les rencontre dans la majeure partie du monde et dans les climats les plus variés. On le trouve en bord de mer et dans les montagnes, dans les déserts et en Arctique. Il vit en Amérique du Nord et en Amérique du Sud, en Europe, en Asie et même en Océanie. Le fait que le nombre d'espèces existant dans le monde entier soit vingt et une a une grande importance métaphysique.

L'arcane 21 du tarot est précisément le Monde. Cette carte symbolise un nouveau monde qui s'ouvre et qui montre que le processus de création commence. Elle dit aussi que le monde croît et se métamorphose pour adopter de nouveaux schèmes bénéfiques. Pour ceux qui ont un renard totem, méditer sur cette carte sera très utile pour comprendre comment l'énergie de cet animal aidera pour toute création. Elle vous révélera ce qui croît et se métamorphose (ou a besoin de le faire) dans votre propre monde.

Une longue histoire de magie et d'ingéniosité est associée au renard. Parce qu'il est une créature de la nuit, on lui prête souvent quantité de pouvoirs surnaturels. Il est surtout visible à l'aube et au crépuscule, les temps intermédiaires, les heures de l'« entre-deux », quand le monde magique et celui dans lequel nous vivons s'entrecroisent. Le renard vit à la lisière des forêts et dans les terrains ouverts – les zones frontières. Parce qu'il est un animal des « temps et des lieux intermédiaires », il peut être un guide pour pénétrer dans le royaume des fées. Son apparition dans de tels moments peut souvent signaler que ce monde féerique est sur le point de s'ouvrir à l'individu.

En Orient, on croyait que les renards étaient capables de prendre une forme humaine. Dans la tradition de l'ancienne Chine, il acquiert la faculté de devenir humain en atteignant l'âge de cinquante ans et, pour son centième anniversaire, il devient soit un magicien, soit une belle jeune femme détruisant tout homme ayant la malchance de tomber amoureux d'elle.

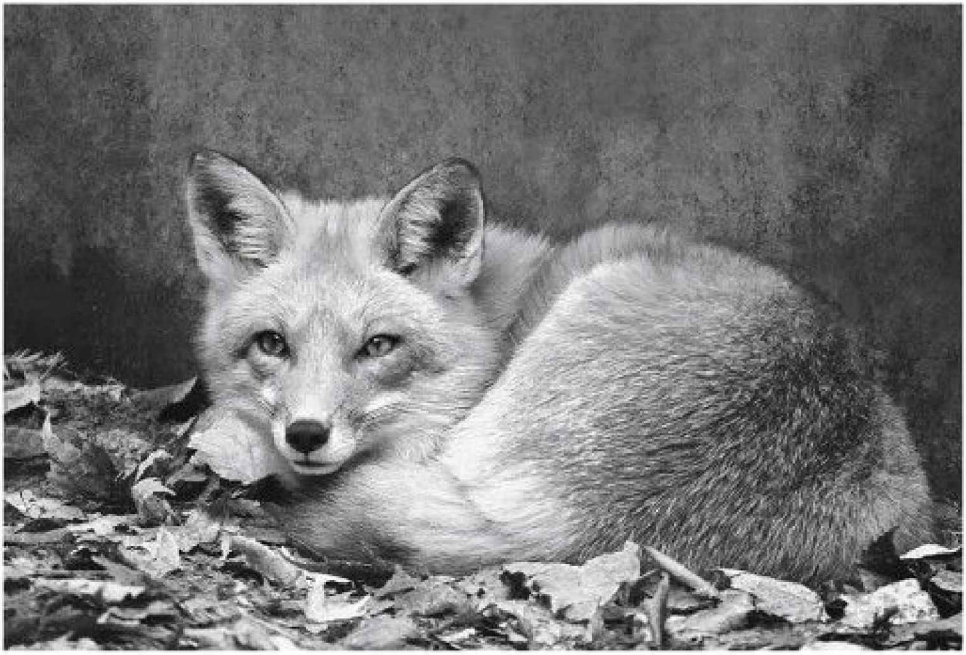
« Plusieurs tribus amérindiennes racontent des histoires de chasseurs qui découvrent [en les tuant ou les blessant] accidentellement que leurs femmes étaient des renardes[21]. » C'est très symbolique de l'idée selon laquelle la magie naît des énergies féminines et qu'à moins que l'homme reconnaisse la magie du féminin – que ce soit en lui-même ou chez les autres – et apprenne à l'utiliser pour métamorphoser sa propre existence, elle mènera à la destruction.

Les Cherokees invoquent la médecine du renard pour prévenir la gelure et les chamanes hopis revêtent toujours des peaux de renard pour pratiquer leurs rites de guérison. Les Chactas (Choctaws) voient le renard comme le protecteur de l'unité de la famille. Les Apaches lui attribuaient le meurtre du mauvais ours et pensaient que les poils de sa queue étaient passés dans les flammes quand il avait volé le feu pour l'apporter aux humains. Dans d'autres sociétés, le renard était aussi tenu en très haute estime. En Perse, il était sacré car il aidait les défunts à se rendre au ciel. En Égypte, on pensait que sa fourrure permettait d'attirer la faveur des dieux. Les Indiens du Pérou avaient un dieu renard. On estimait souvent que le renard récompensait celui qui lui rendait service.

Un examen des comportements et des caractéristiques du renard vous révélera beaucoup de choses sur le rôle et l'énergie qu'il représente pour vous en particulier. Presque tous les renards ont un museau pointu, de grandes oreilles, une longue queue touffue et de longues pattes fines. Leurs grandes oreilles les aident à garder de la fraîcheur en été en dissipant la chaleur à travers elles. Pour quelqu'un qui a un renard totem et qui a du mal à supporter la chaleur estivale, coiffer ses cheveux derrière les oreilles apportera toujours du soulagement.

Le renard le plus commun, en Amérique du Nord comme en Europe, est le renard roux ; mais, à dire vrai, tous les renards roux n'ont pas une fourrure rousse. La fourrure de ce renard roux connaît des variations, comme les cheveux des humains. Certains ont effectivement une couleur rousse, mais d'autres sont plus bruns, et d'autres encore ont des poils noirs ou argentés. En

général, le renard roux est associé à l'énergie sexuelle, la Kundalini, et à la libération de la force vitale créatrice. Une étude des couleurs et de leur symbologie pourra vous aider à définir le rôle du renard dans votre vie.



Le renard roux est un puissant totem. Cet animal est depuis longtemps associé aux arts magiques de l'invisibilité et de la métamorphose. Son aptitude naturelle au camouflage suscite l'émerveillement chez tous ceux qui le rencontrent.

De tous les renards, seul le renard polaire (également appelé renard arctique ou isatis) a une couleur qui change selon les saisons. Il a des oreilles plus arrondies, ce qui l'isole davantage contre le froid.

Le pelage du renard lui sert de camouflage et la plupart des fourrures de renard arborent des nuances et variations de teintes. Cela facilite leur capacité à demeurer cachés et relativement invisibles. La pratique et l'utilisation du camouflage sont une chose que tous ceux qui ont cet animal pour totem devraient apprendre. Savoir se fondre dans l'environnement, aller et venir

sans être remarqué, se déplacer silencieusement sans révéler ses intentions sont autant d'enseignements que le renard peut vous transmettre.

Une grande partie de ces pratiques se reflète dans l'apprentissage du contrôle de l'aura, le champ d'énergie qui entoure votre corps. Vous pouvez ajuster sa fréquence et son intensité pour vous harmoniser davantage avec les autres. Vous pouvez vous focaliser sur la modification de son aspect de manière à vous fondre dedans. Pratiquez cela en vous tenant debout contre un mur et en vous voyant (vous et votre aura) prendre sa couleur, comme si vous disparaissiez à l'intérieur de ce mur.

La prochaine fois que vous vous rendez dans une soirée, asseyez-vous dans un fauteuil ou un canapé et visualisez-vous comme un renard se fondant parfaitement dans son environnement. Rappelez-vous que c'est à l'extérieur, dans la nature, qu'on le voit le plus souvent, donc voyez-vous prendre la couleur et la forme du fauteuil. Puis restez assis tranquillement, immobile, et observez les personnes qui, accidentellement, vont vous heurter, se cogner contre vous, ou qui vont même commencer à vouloir s'asseoir sur vous avant de se rendre compte que vous êtes là et de dire qu'elles ne vous avaient pas « vu ou remarqué ». Vous serez stupéfait.

Pratiquez donc. Imaginez-vous en tant que renard quand vous arrivez ou quittez une soirée ou une réunion quelconque. Visualisez-vous vous fondre dans l'assemblée, vous mêler à celle-ci. À mesure que le temps passera, ne soyez pas étonné d'entendre des phrases du type : « Quand es-tu arrivé ? », « Depuis combien de temps es-tu là ? », « Je ne t'ai pas vu arriver », « Tu t'es absenté ? » ou : « Tu es parti à quelle heure ? » Plus vous travaillez avec le renard, plus cela se produit.

Le personnage historique de Merlin a dû travailler avec la médecine et l'énergie du renard pour accomplir une grande partie de ses actes, mais pour cela, il s'est entraîné. « Même au cours de sa vie, Merlin a été largement un personnage anhistorique et caché [...]. La grande majorité du peuple ignorait quasiment tout

de lui, en dehors peut-être de son simple nom, “Merlin”. Quand il était convoqué par les rois ou qu’il avait éperdument besoin de recruter de nouveaux alliés, il se déplaçait silencieusement, déguisé sous l’apparence d’un pauvre berger, d’un bûcheron ou d’un paysan. Même les souverains ne parvenaient pas à le reconnaître sous ses déguisements. Il a couramment pratiqué la dissimulation et pendant très longtemps[22]. »

Pour ceux qui ont des renards totems, il sera important d’apprendre cet art du camouflage et les pratiques qui lui sont liées, comme l’invisibilité et la métamorphose. Le renard utilise ses dons du camouflage silencieux pour son plus grand profit. Avec de la pratique, vous pourrez développer cette même sorte d’aptitude et l’appliquer de manière à pouvoir voir et entendre des choses que vous ne pourriez percevoir autrement.

Un autre aspect de la fourrure du renard a également une signification pour tous ceux qui l’ont pour totem. Les poils sont souvent associés à l’énergie psychique parce qu’ils servent d’antennes. Le renard a deux sortes de fourrure ou deux couches de poils : une sous-couche (le sous-poil) de poils laineux courts et denses ; puis des poils de garde longs, raides et épais qui recouvrent la couche de sous-poil. Cette double fourrure qui sert de protection est généralement plus sombre sur le dos.

Les poils et la fourrure sont d’anciens symboles d’énergie et de fertilité. Les couches de fourrure ou de pelage reflètent différents niveaux d’énergie et de fertilité. Chez le renard, le sous-poil est la source d’énergie primordiale d’où l’individu tire ses aptitudes. La couche extérieure protège cette énergie et définit la manière dont celle-ci est utilisée par le sujet. Alors que le poil extérieur se modifie, l’expression de la force créatrice interne en fait autant. La pilosité (poils et cheveux) devrait devenir importante pour les personnes à renard totem. Si un changement est nécessaire pour elles à certains niveaux, apprendre à changer de chevelure ou de barbe pour refléter les mutations désirées les aidera à activer l’énergie du renard afin que leur métamorphose puisse commencer.

La queue touffue a toujours été considérée comme la partie la

plus sacrée du renard, bien que cela ne soit pas nécessairement vrai. Elle a incontestablement une grande importance pour les individus « renard ». Quand cet animal court, sa queue est toujours tendue à l'horizontale derrière lui. Elle opère alors comme un gouvernail ou un balancier. Cette position horizontale est la forme féminine. Ainsi, la queue du renard symbolise la capacité à guider directement les forces créatrices féminines. Elle est particulièrement utile pour le renard quand il vire aussi brusquement que rapidement. Un individu qui maintient sa concentration sur les énergies créatrices verra tout changement de direction brusque s'opérer facilement dans sa vie.

La queue sert aussi à isoler le nez et les pattes du froid quand le renard s'enveloppe dedans. Les personnes à renard totem auront aussi une capacité à s'isoler de tout ce qui peut sembler froid – y compris et particulièrement sur le plan relationnel. Elles peuvent créer autour d'elles-mêmes chaleur et confort douillet.

L'épaisseur globale de la fourrure fait paraître le renard plus gros qu'il n'est réellement. C'est encore une fois spécifiquement significatif pour ceux dont il est le totem. Ces individus ont la capacité de paraître plus grands qu'ils ne sont. De ce fait, celui qui a appris à travailler avec cet aspect de la médecine du renard peut l'utiliser à son profit, tant pour obtenir une protection personnelle que pour faire une meilleure impression dans un quelconque domaine de sa vie.

En hiver, une touffe de poils épaisse pousse sur les coussinets situés sous ses pattes. De nouveau, cela contribue à maintenir le renard au chaud et à lui donner une meilleure capacité de traction – encore une chose à laquelle l'individu « renard » devra être attentif.

Bien que le renard n'aime pas être mouillé, c'est un excellent nageur, ce qui est également très signifiant, car cela dit quelque chose du caractère interne de ceux qui l'ont pour totem. Ils ont appris à puiser dans les énergies féminines – les forces créatrices – et à les manifester dans le monde extérieur. Ils ne manifestent aucun désir de replonger dans les eaux de la vie (le féminin), mais ils le feront si nécessaire.

Les pattes du renard sont adaptées à la course. Il a une extrême endurance et peut transmettre cette aptitude. Son allure favorite est le trot. On croit couramment qu'il peut trotter indéfiniment, sans fatigue, ou sans donner l'impression d'être fatigué. Peu d'animaux de sa taille peuvent surpasser le renard à la course. Adopter une allure de trot est essentiel pour les personnes « renard » au regard de leur santé et de leur réussite. À sa façon de courir, le renard donne l'impression que la trace qu'il laisse n'est qu'une ligne unique d'empreintes. Lorsqu'il trotte, il place en effet directement sa patte devant l'autre, ce qui traduit une expression rectiligne de l'énergie féminine.

Le renard marche et court sur ses orteils, de manière très similaire au chat. C'est aussi très significatif, car s'il appartient à la famille des canidés (chiens), il intègre une dimension féline. Le félin est l'énergie féminine sous son expression et son mouvement les plus grands. Cette qualité exprime un besoin de manifester les énergies féminines créatrices.

Le renard a aussi la capacité de grimper aux arbres si nécessaire. Là encore, cela reflète une aptitude à passer dans de nouvelles dimensions et à invoquer instinctivement de nouvelles ressources. Le renard gris d'Amérique est particulièrement apte à grimper aux arbres comme un chat, en se servant des griffes de ses pattes arrière.

Les sens du renard révéleront beaucoup sur le potentiel inné de ceux dont il est le totem. Son ouïe est très fine car ses oreilles agissent comme de mini-antennes. Il peut capter le couinement d'une souris à plus de cent cinquante mètres[23]. Les personnes à renard totem ont un formidable don pour entendre ce qui n'est pas dit, ou les murmures. Cette aptitude est aussi liée à la clairaudience, la capacité à entendre les esprits.

Le renard a également une excellente vue. En réalité, ses yeux ont une pupille elliptique, comme les chats. Il ne peut réellement voir les couleurs, mais il a une grande capacité à distinguer les différentes nuances de lumière et d'obscurité. Sa vision des mensurations des choses et des individus est ainsi extrêmement précise. En outre, il est extrêmement performant pour capter les

mouvements, notamment ceux des êtres vivants, en particulier au bord ou en lisière des zones qu'il surveille. Pour cette raison, il n'est pas rare que ceux qui l'ont pour totem soient en mesure de développer la capacité à voir les esprits – ces êtres des « lieux intermédiaires », les fées et les elfes. Cela se produira particulièrement si un renard se montre à vous.

Mais son sens le plus aigu est de loin l'odorat. Il chasse autant à l'odeur qu'avec ses autres sens. Les odeurs inhabituelles le fascinent et ceux qui l'ont pour totem y seront très réactifs ; ils pourront notamment détecter de subtiles nuances de fragrances. Sentir est une de ses formes de communication sociale – c'est ainsi qu'il décide avec qui il va se socialiser ou non. Ceux qui travaillent avec la médecine du renard pourront être avisés de se pencher sur l'aromathérapie.

Sexuellement, le sens de l'odorat est un des plus puissants stimulants des personnes « renard ». Il a un impact clé sur le degré et l'intensité de leur excitation. Il existe une forte connexion entre la fragrance et la sexualité, ce qui est crucial pour ceux qui utilisent la médecine de cet animal. L'énergie sexuelle est notre énergie la plus créatrice ; elle fait partie de la Kundalini, la force énergétique de notre corps. Cette force est essentielle dans toutes les activités. Si elle est contrôlée et canalisée, elle peut être utilisée à toute une variété de fins – l'une des plus dynamiques étant son application à l'art de la métamorphose. L'irruption du renard en tant que totem dans la vie de quelqu'un peut traduire le réveil de sa Kundalini. Un individu auquel le renard se présente aura souvent une grande inclination à l'expression sexuelle avec une disposition particulière pour pratiquer celle-ci de manières variées et riches – généralement de façon très désinhibée. Toutefois, cet aspect peut souvent rester caché jusqu'à ce que le bon moment arrive.

L'odorat est aussi associé aux formes supérieures de discernement et de différenciation. Celui qui travaille avec la médecine du renard devra « sentir » chaque situation. Cela lui permettra de savoir qui éviter et avec qui s'associer. Est-ce que cette personne « sent » bon ? Est-ce que cette situation exhale

une odeur curieuse ?

La plupart des renards sont monogames, mais vivent seuls environ cinq mois de l'année. Ils sont souvent solitaires, ce qui leur convient parfaitement. Les renardes rousses ne cherchent normalement une tanière que lorsqu'elles sont pleines. Quand cela leur est possible, elles réintègrent le même terrier chaque année, en l'améliorant toujours davantage, tant en taille qu'en confort.

Cet amour et ce souci du confort du logis se retrouvent chez les personnes dont le renard est le totem. Si les renards sont territoriaux et se déplacent à l'intérieur de ce territoire, ils reviennent chez eux, dans leur tanière. Ainsi ceux qui travaillent avec la médecine du renard vont-ils se montrer territoriaux dans leurs activités, mais très enclins à revenir chez eux et à améliorer leur logis.

Une portée compte d'ordinaire de un à six renardeaux. Ils sont aveugles et sourds à la naissance, mais en grandissant, ils acquièrent très vite une vue et une ouïe performantes. Si le petit survit à sa première année, il en vivra généralement plusieurs en se créant son propre territoire. Il faut voir là l'idée que ceux qui travaillent avec la médecine du renard connaîtront probablement leurs plus grandes épreuves dans l'enfance, mais qu'ils recevront aussi alors leur plus grande éducation instinctive à l'art de la survie.

Le renard est un grand chasseur à l'instinct de survie développé. En dépit de l'envahissement de ses territoires et des traques auxquelles il est exposé, il parvient toujours à survivre. Il a des instincts puissants. Certains ont pu dire qu'il survivait grâce à sa « couardise », mais c'est simplement qu'il a appris à éviter les dangers potentiels. Il fera tout pour y parvenir.

En réalité, il est l'ami des fermiers, mais nombre de ces derniers l'accusent de voler et tuer les poules et autres animaux d'élevage. Généralement, le renard responsable de ces rapines est âgé et incapable de chasser d'autres proies. Dans les faits, le renard consomme un grand nombre de scarabées, de grillons, de sauterelles, de souris et autres rongeurs. À dire vrai, la souris est

son menu favori et celui qui a le renard pour totem sera donc avisé d'étudier aussi ses caractéristiques.

Le renard a un petit appétit, mais surtout un petit estomac, donc il peut manger de faibles quantités fréquemment tout au long de la journée, en stockant des réserves dans son terrier. Cette pratique peut traduire une habitude alimentaire bénéfique pour ceux qui ont un renard totem.

Les renards ont une façon élégante, gracieuse et fluide de chasser. Ils s'y prennent presque comme les chats, bondissant souvent sur leur proie et la maintenant avec leurs pattes avant. Le renard est rusé et patient ; il demeure soigneusement camouflé, à étudier sa proie, jusqu'au moment idoine pour attaquer.

La technique de chasse la plus intelligente du renard est assurément le « mulotage ». Pour cette méthode reposant sur la « séduction », le « ravissement » (à tous les sens du terme, pourrait-on dire), il s'approche de sa proie en exécutant différentes facéties. Puis il bondit, saute, roule sur lui-même, fait mine de s'éloigner… ainsi endort-il l'attention de sa proie. Au fur et à mesure de ses virevoltes, il se rapproche toujours plus près sans que sa cible s'en aperçoive, puisqu'elle est captivée par ses facéties apparemment inoffensives. Puis, au bon moment, le renard bondit et attrape sa proie. C'est encore une technique de camouflage, ici liée au comportement. Bien évidemment, ceux qui ont un renard totem pourront l'appliquer pour s'emparer de tout trophée visé. Si vous développez votre harmonie avec le renard et apprenez sa magie, toutes les récompenses ou prix seront à votre portée.

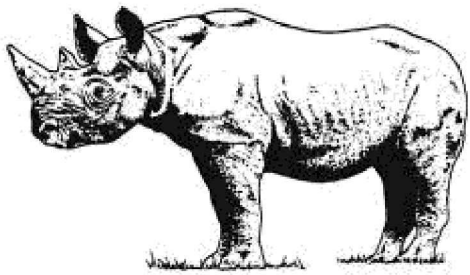
RHINOCÉROS

Points clés : Ancienne sagesse

Cycle de puissance : Toute l'année

Il existe encore cinq espèces de rhinocéros aujourd'hui : deux en Afrique et trois en Asie. Le rhinocéros africain se distingue de l'indien avec ses deux cornes. L'espèce exacte de votre totem vous fournira des éléments plus spécifiques – y compris des

connexions avec des vies passées dans les secteurs géographiques où on trouve ces animaux. Le rhinocéros est un survivant de l'ère des mammifères géants. Il tire son nom de deux mots grecs, *rhis* et *kéras*, signifiant respectivement « nez » et « corne ».



Tous les rhinocéros sont fondamentalement solitaires. Et parce qu'ils sont des descendants des temps archaïques, ils apportent une énergie permettant d'être à l'aise dans sa propre solitude. Ils nous apprennent à être en harmonie avec nous-mêmes. En quelque sorte, ils sont l'incarnation de la vieille maxime des écoles à mystères : « Connais-toi toi-même. »

L'aspect le plus significatif du rhinocéros est bien évidemment ses cornes. À la différence de la plupart des animaux, elles ne sont pas situées sur la tête mais sur le nez. Si toutes les cornes confèrent une haute sensibilité aux perspectives symboliques, dans le cas du rhinocéros, elles donnent à ceux dont il est le totem une plus grande sensibilité dans cette partie du corps liée au sens olfactif. L'odorat est depuis longtemps un symbole de l'énergie de l'idéalisme spirituel, du discernement le plus éminent et de la mise en œuvre de la plus haute sagesse. Cet aspect est particulièrement mis en lumière dans le développement sensoriel du rhinocéros. S'il a une assez piètre vue, son ouïe et son odorat sont particulièrement fins.

Si cet animal se présente à vous comme totem, vous avez besoin d'examiner vos sens innés du discernement. Faites-vous confiance à votre sagesse intérieure – ce que vous savez

fonctionner et ce qui est le mieux ? Faites-vous confiance aux bases de votre propre apprentissage ou les négligez-vous ? Oubliez-vous qu'au bout du compte, c'est vous qui savez le mieux ce qui est bon pour vous ? Vous contentez-vous de regarder les apparences sans aller voir au-delà de la surface ?

Le rhinocéros blanc d'Afrique est en danger. Il est devenu un symbole de l'écologie africaine. Il souffre de la disparition de son habitat et du braconnage car, en raison d'une superstition obscurantiste quant à leurs prétendus pouvoirs magiques, ses cornes se monnayent à prix d'or. Mais ces cornes sont des symboles et n'ont pas de valeur médicinale. Elles ne sont même pas constituées des substances osseuses qui forment la structure des bois ou des cornes ordinaires. Les cornes de rhinocéros sont des protubérances fragiles composées de kératine, une matière ressemblant plus à de la chair qu'à de l'os.

On trouve le rhinocéros blanc dans la savane africaine. Il aime les herbes hautes. En dépit de sa taille et de sa corpulence, il peut être étonnamment agile si nécessaire. Dans l'ensemble, il se présente comme un animal plutôt paisible. La femelle ne porte qu'un petit à la fois et la gestation dure entre dix-sept et dix-huit mois dans le cas du rhinocéros blanc. Ceux qui l'ont pour totem peuvent s'attendre à voir intervenir de nouveaux accès à l'ancienne sagesse et à son assimilation dans leur vie, dans ce laps de temps.

Si c'est votre totem, vous devriez vous intéresser parallèlement à l'oiseau symptomatiquement appelé pique-bœufs (famille des buphagidés ; en anglais, *oxpeckers*, même sens que le français). Cet oiseau est le compagnon du rhinocéros. On le nomme même parfois en anglais *rhino bird*, l'« oiseau (du) rhinocéros ».

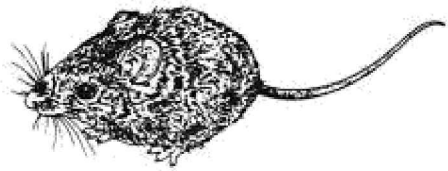
Le rhinocéros vous aidera à voir la sagesse dans votre vie. Sa solidité vous permettra d'installer votre vie dans une juste perspective. L'aspect extrêmement archaïque de cet animal vous permettra de puiser dans votre sagesse innée et de l'appliquer dans la vie présente.

SOURIS

Points clés : Attention pour les détails

Cycle de puissance : Cycles de cinq à six semaines

Il existe de nombreuses sortes de souris. La plupart ont certaines qualités en commun. Elles seront examinées dans cette section, mais nous nous intéresserons aussi plus spécifiquement au mulot commun, aussi appelé mulot sylvestre (ou souris des bois, souris de terre, voire rat sauteur).



Le mulot sylvestre a de grands yeux et de grandes oreilles et comme des sortes de petits gants blancs sur les pattes. La plupart des souris sont nocturnes, mais c'est particulièrement le cas du mulot. S'il voit bien dans l'obscurité, à la lumière du soleil, il se comportera pratiquement en aveugle. Ce n'est pas vrai des autres souris.

Le mulot niche dans des nids d'écureuils ou d'oiseaux abandonnés, des troncs creux, des fissures et des crevasses. Son habitat prend souvent une forme sphérique et son entrée présente une « porte » susceptible d'être fermée pour conserver la chaleur. Le mâle et la femelle collaborent pour remettre le nid en forme. La plupart des souris changent souvent d'habitat.

Le mulot sylvestre veille méticuleusement à garder sa fourrure propre et soignée. Il n'en va pas de même avec la souris grise domestique commune (« domestique » parce qu'elle vit dans les habitations, mais non parce qu'elle serait domestiquée). Le mulot sylvestre se débrouille bien pour s'occuper de son apparence, mais il est beaucoup plus négligé dans l'entretien de son logis. Ceux qui l'ont pour totem concentreront donc une attention méticuleuse dans certains secteurs de leur vie, tandis que dans d'autres domaines elle sera plus superficielle. Ce paradoxe est

souvent une source de confusion, d'incompréhension, voire d'irritation chez ceux qui vivent ou travaillent avec des individus « souris ».

La plupart des souris stockent de la nourriture tout en en cherchant à longueur d'année. Le mulot sylvestre mange des graines, des baies et de l'écorce, et il est moins destructeur que le mulot – ou campagnol – des champs au regard des cultures agricoles.

Tous les prédateurs se nourrissent de souris. Pour compenser cette hécatombe, ces dernières ont trois ou quatre portées par an. Elles survivent grâce à cette fécondité. Comme la plupart des autres souris, la mère mulot sylvestre s'occupe de ses petits pendant environ cinq semaines. Puis les jeunes prennent leur autonomie. De ce fait, si une souris entre dans votre vie, ses énergies seront le plus fortement ressenties pendant cinq à six semaines.

Quand la souris se présente comme totem, soit il est temps de prêter attention aux détails, soit c'est une indication que vous ne parvenez à voir la forêt qu'un arbre dissimule. Vous pouvez fort bien vous perdre tellement dans la contemplation des détails que vous en oubliez l'ensemble du tableau.

Posez-vous quelques questions importantes : vous occupez-vous des aspects futiles – mais nécessaires – de l'existence ? Vous perdez-vous trop dans de grands rêves, au point de négliger d'autres aspects de la vie ? Vous concentrez-vous tellement sur une ou deux activités que vous vous empêchez de voir les opportunités qui se présentent ? Ratez-vous ce qui est juste devant vous ? Y a-t-il quelque chose d'évident qui vous manque ou sur lequel vous auriez besoin de vous concentrer ? Faites-vous trop de choses à la fois en dispersant de ce fait votre énergie ?

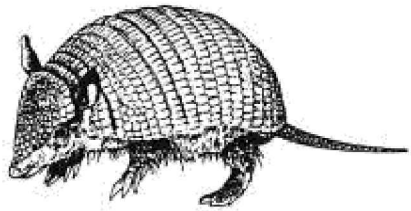
La médecine des souris peut vous montrer comment vous concentrer et faire attention aux détails. Elle peut vous permettre d'atteindre de grandes choses en travaillant sur de petites. Chaque fois qu'une souris se montre, ce sont des leçons sur l'attention qui sont dispensées.

TATOU

Points clés : Protection personnelle, discernement et empathie

Cycle de puissance : Toute l'année

Le nom anglais du tatou, *armadillo*, est tout simplement le mot espagnol pour « (celui qui porte une) armure ». Le tatou est un animal vivant dans des terriers, dont l'armure est le bouclier qu'il porte sur le dos. Elle se compose de plaques osseuses articulées se chevauchant et recouvertes de cornes. Les parties cachées sous cette carapace sont généralement les plus vulnérables. Le tatou – et celui qui l'a pour totem – est donc plus fragile quand il expose ses faces cachées. L'enseignement du tatou montre comment se protéger et quand il est possible d'abaisser ses défenses.



Cet animal fait partie de la famille des paresseux. Cet édenté n'a ni canine ni incisive, mais il possède quand même quatre-vingts molaires – voire davantage – qui ne cessent de pousser. Il vit dans des terriers qui sont des repaires à plusieurs salles et voies d'accès. Ces antres peuvent être enfouis jusqu'à près de deux mètres sous terre. Ses griffes sont excellentes, ce qui reflète une capacité à creuser sous la surface des choses pour voir ce qu'il y a dessous. Le discernement fait aussi partie de ce que le tatou nous enseigne.

Tous les animaux dotés d'une armure d'une quelconque sorte ont des connexions avec les chevaliers européens du Moyen Âge. De ce fait, le tatou *armadillo* peut souligner un lien spécifique issu d'une vie passée avec les conquistadors espagnols du XVIe siècle ayant conquis le Mexique et le Pérou. La chevalerie, la force et la

protection étaient souvent les qualités idéales que devaient développer les chevaliers européens. Dans le cas du tatou, on peut y voir là comme un écho inversé d'une formule bien connue : pour cet animal, « la meilleure attaque, c'est une puissante défense ».

Les premières armures étaient très lourdes et, si elles offraient une bonne protection, en être revêtu rendait les mouvements extrêmement malaisés. Le tatou vous apprend comment emporter vos protections en ne les revêtant réellement que si nécessaire. Cet animal a un don pour se protéger sans causer de dommages inutiles aux tiers. Ainsi, comme je l'ai mentionné, le tatou peut manifester une connexion avec les chevaliers résultant d'une vie passée, ou simplement le besoin de développer les qualités et caractéristiques qui étaient le lot des chevaliers.

Le tatou relie ceux qui l'ont pour totem à d'autres animaux – y compris ceux dont il est la proie – et ceux-là devraient être pareillement examinés. Il est couramment chassé par les félins et coyotes. Ceux-ci retournent souvent l'édenté pour découvrir son ventre. Le tatou se prélasse parfois au soleil dans les périodes froides. Dans de tels moments, il a tendance à s'endormir sur le dos en exposant son côté non protégé. Il est donc plus vulnérable. Question santé, il apprend ainsi à ceux qui l'ont pour totem à bien veiller à leur habillement et à se couvrir quand il fait froid s'ils ne veulent pas être trop sensibles aux maladies. On est encore ici dans le domaine de la protection : en l'occurrence, une protection contre l'exposition à certains climats.

La moufette tachetée (*spilogale*) et la chevêche des terriers (une espèce de chouette) profitent des tatous. En effet, elles établissent leurs demeures dans les terriers que ces derniers ont abandonnés. On remarquera avec intérêt qu'il n'est pas rare qu'un individu ayant un tatou pour totem soit ami avec des personnes dont le totem est une moufette ou une chouette. Ils ont une interrelation positive. Les Aztèques appelaient le tatou *azotochtli*, c'est-à-dire « lapin-tortue ». D'une certaine, les qualités de ces deux animaux, le lapin et la tortue, se retrouvent chez le tatou – particulièrement dans son apparence. Un tatou totem peut révéler

une connexion avec une vie passée à l'époque des anciens Aztèques.

Les tatous se nourrissent primordialement d'insectes invertébrés. En un seul été, un tatou peut consommer près de 100 kilos d'insectes. Les fourmis et les vers de terre constituent une grande partie de ce régime alimentaire et les qualités de ceux-ci devraient être étudiées aussi.

Quand il est menacé, le tatou se roule en boule en protégeant ainsi toutes ses parties vulnérables. Si un tatou entre dans votre vie, voilà certaines des questions que vous devriez vous poser : Vous protégez-vous comme il faudrait ? Les personnes qui vous entourent ont-elles besoin de protection ? Êtes-vous trop sensible et vous protégez-vous contre des attaques qui n'existent pas forcément ? Imaginez-vous des attaques ou êtes-vous trop sensible aux énergies des autres ?

Le tatou a un sens de l'odorat extrêmement puissant. Il peut humer la présence d'insectes à 15 cm sous terre. Cet odorat très développé a des liens avec les plus hautes formes de discernement et de stimulation psychologiques. Ceux qui ont cet animal pour totem seront bien avisés de travailler avec l'aromathérapie et d'amplifier leur odorat. Les choses « sentent-elles bon » ou pas ? Les gens ou les situations « sentent-ils » l'embrouille ? Apprendre à se fier à ce que l'on sent fait partie de l'enseignement du tatou.

Ce sens de l'odorat a aussi des connexions avec les énergies sexuelles. C'est un stimulant efficace de la libido. Le tatou ne s'accouple que pour la reproduction. En dehors de ces moments, il vit en solitaire. La période de gestation ordinaire est d'environ huit à neuf mois, comme pour les humains. Mais à la différence de ces derniers, dans une situation de stress ou de péril, le tatou est capable de surseoir l'implantation réelle de l'ovule fertilisé dans l'utérus et donc de différer la naissance jusqu'à deux ans et demi après l'accouplement.

Cela en dit beaucoup sur l'énergie qui accompagne un tatou totem. Il indique ordinairement que l'opportunité d'une nouvelle naissance se présentera dans les huit à neuf mois à venir. Mais il

sera important de ne pas se recroqueviller sur soi-même – se « rouler en boule » – et de se fermer à l'opportunité en question par peur de se montrer vulnérable. Si l'appréhension l'emporte, sa mise en œuvre pourra être différée deux ans ou plus. Le tatou pourra vous montrer comment ajuster votre rythme pour que ce que vous souhaitez arrive au moment le plus sûr.

Le tatou peut se déplacer vite si nécessaire. C'est aussi un bon nageur. Il absorbe tout l'air qu'il peut et gonfle ses intestins jusqu'à ce qu'ils flottent. En d'autres occasions, il retient sa respiration jusqu'à six minutes et se contente de marcher sur le fond d'un torrent ou d'une autre source d'eau naturelle.

Cette caractéristique ainsi que sa capacité à creuser indiquent que le tatou peut vous apprendre comment passer d'une dimension à une autre. Il vous enseignera comment vous mouvoir dans tous les éléments. Cela peut être connecté à des formes spécifiques de médiumnité, dans lesquelles l'individu est capable de se déplacer consciemment dans de nouvelles dimensions tout en demeurant protégé. Cet aspect suggère une aptitude à explorer et parcourir les fils de la vie et de la mort, et à travailler avec les esprits des morts.

Cela met aussi l'accent sur la capacité à explorer des aspects émotionnels généralement cachés, même si les personnes qui ont le tatou pour totem peuvent se montrer quelque peu réticentes à le faire. Souvent, elles s'efforcent de garder ces pans plus sensibles de leur personnalité cachés et protégés. Il sera important pour elles d'apprendre quand exposer ces côtés plus subtils et quand les dissimuler. Cela fait partie de l'enseignement du tatou.

Les individus empathiques ont souvent un tatou pour totem. Leur corps devient une sorte de baromètre de tout ce dont elle fait l'expérience. Si elle se trouve à proximité d'une personne qui a mal à la tête ou quelque autre douleur, la personne empathique le ressentir dans son propre corps comme si c'était son symptôme à elle. Cela peut même aller jusqu'à une manifestation réelle du problème. Les empathiques sont très sensibles aux influences extérieures – physiques, émotionnelles, mentales et spirituelles.

Cette sensibilité extrême à besoin d'être maîtrisée et équilibrée. Le tatou peut vous apprendre comment y parvenir ou vous montrer comment aider ceux qui sont dans cette position.

TAUREAU/VACHE

Points clés : Fertilité

Cycle de puissance : Toute l'année

Le taureau – et sa compagne, la vache – a longtemps été un symbole de fertilité. Tandis que la vache est primordialement un symbole de maternité et d'alimentation sans dol (c'est un animal capable de fournir une alimentation abondante sans avoir besoin d'être abattu), le taureau fournit quant à lui de la nourriture par son abattage. Il en est donc arrivé à symboliser la fertilité par le sacrifice.

Alors que la vache incarne généralement des aspects lunaires et que les déesses arborent parfois ses cornes, le taureau était un symbole solaire. Pour les Assyriens, il était né du soleil. La divinité hindoue Indra est souvent représentée chevauchant un taureau, tandis que Brahma se trouve sur une vache.

Le culte du taureau a été répandu en Égypte et en Grèce. Le dieu égyptien Osiris est souvent affublé d'une tête de taureau. Quant aux mythologies grecque et romaine, elles abondent en légendes majeures mettant en scène un taureau. La plus connue est assurément l'histoire du Minotaure. Une étude des mythes et autres récits autour du taureau peut fournir quantité d'éclairages quant à d'éventuelles vies passées pour ceux qui l'ont pour totem.

Bien évidemment, le taureau est associé au signe astrologique éponyme, un signe de terre en rapport avec le concept de possession. Il est aussi lié à l'idée de rendre le matériel, le terrestre, plus fertile. Naturellement, il sera utile d'étudier ce signe du Taureau pour obtenir des informations complémentaires.

Le taureau est masculin et suggère une fécondation de la Terre, une planète féminine dans l'astrologie traditionnelle. Dans le taureau s'accomplit l'union du masculin et du féminin. Ce bovidé

est décrit comme une créature lunaire (femelle) et parfois solaire (mâle). Ses cornes ressemblent au croissant de lune, ce qui établit une connexion avec le féminin. Chaque fois que le masculin et le féminin, le mâle et la femelle, se réunissent, ils font naître une opportunité de fertilité/fécondité.

Si un taureau s'est présenté à vous comme totem, vous devez vous poser des questions importantes : Êtes-vous aussi productif que possible ? Avez-vous besoin de semer de nouvelles graines ? Êtes-vous entêté et rigide ? Avez-vous besoin – ou d'autres autour de vous – de devenir plus sensible ? Avez-vous tendance à foncer quand, au contraire, vous devriez laisser les choses devenir fécondes à leur heure ? Vous sentez-vous ou non en sécurité ? Et ceux de votre entourage ?

Le taureau peut vous aider à comprendre et à mettre en œuvre les aspects les plus prosaïques de la fertilité et des relations nécessaires pour activer celle-ci. Il vous enseignera la stabilité sans entêtement. Enfin, il vous aidera à affirmer avec le plus grand succès vos énergies féminines.

TIGRE

Points clés : Passion, pouvoir, dévotion et sensualité

Cycle de puissance : Période nocturne – Pleine lune et nouvelle lune

Les tigres sont magnifiques et ils suscitent un sentiment de respect et d'émerveillement chez tous ceux qui les voient. Il existe une grande variété de tigres – du Bengale, de Sibérie, etc. Chaque espèce particulière devrait être étudiée pour ses caractéristiques propres. En outre, vous pouvez aussi examiner les chats et les panthères, car ils présentent de nombreux points communs avec le tigre.

Tous les tigres sont réputés pour leur férocité et leur puissance. Ce sont aussi d'excellents nageurs à la différence d'autres félins. Cette disposition leur confère des liens avec toutes les énergies et les qualités mystiques si souvent associées à l'élément eau. Tous les tigres manifestent une grande dévotion maternelle à l'endroit de leur progéniture. La mère élève les jeunes et leur apprend à chasser. La plupart d'entre eux sont solitaires et ils ne se réunissent que pour s'accoupler. Ils ont aussi d'immenses territoires.

Le tigre de Sibérie est souvent considéré comme le plus splendide. La plupart des spécialistes s'accordent à dire que cette espèce est originaire de la partie septentrionale de l'Extrême Orient. Elle aurait ensuite migré et évolué pour vivre dans des zones plus chaudes. Ce tigre sibérien est un voyageur infatigable. Il peut parcourir de grandes distances en une seule journée. Les tigres chassent tous les types d'animaux, mais le sanglier est une de ses victimes récurrentes.

Le tigre du Bengale vit en Asie du Sud. Sa proie principale est le cerf. Généralement, il vit dans plusieurs tanières, dont une sert à élever les jeunes. À huit semaines, les petits tigres suivent leur mère pour chasser. À six mois, ils ont appris à tuer, mais ne sont pas encore en mesure de se nourrir tout seuls avant l'âge de seize mois environ.

La plupart des tigres chassent lentement et silencieusement ; une tactique que ceux qui ont le tigre pour totem pourront

apprendre utilement – quelle que soit la chose « chassée » ou visée. Ils gardent jalousement leur prise en temps normal, et ils sont capables de traîner une carcasse de plusieurs centaines de kilos sur près de cinq cents mètres rien que pour la cacher.

Ce sont des chasseurs nocturnes. Les individus qui ont un tigre totem constateront qu'ils travaillent plus efficacement la nuit. Leur motif à rayures noires et or/orange les relie au mysticisme entourant les nouvelles et pleines lunes.

Leur musculature puissante et racée ainsi que leur pelage dense et doux suscitent des idées de sensualité. Tous les félins s'étirent langoureusement et se frottent contre des congénères ou des objets. Une nouvelle sensualité s'éveillera chez ceux qui ont ce totem – une sensibilité au toucher.

Il y a toujours eu beaucoup de mysticisme et de mythologie axés sur le tigre. Une étude de ces associations vous aidera à identifier son rôle dans votre vie, et peut-être des liens avec des existences passées dans d'autres parties du monde.

En Corée, le tigre est le roi des animaux. Dans la tradition hindoue, il était consacré à la déesse Kali, la divinité de la création et de la dissolution, de la sexualité et de la mort. En Grèce, ce grand félin était associé au personnage mythique de Dionysos, le « deux fois né ».

La Chine en particulier regorge de mythes et de légendes sur le tigre, l'un des douze signes de l'astrologie chinoise. Ceux qui naissent au cours d'une année du tigre seraient originaux, hauts en couleur et imprévisibles, audacieux, puissants et passionnés.

En Chine, le tigre est à la fois un symbole des ténèbres et de la nouvelle lune, mais aussi de la clarté et de la pleine lune. Dans la tradition chinoise, il y a cinq tigres mythiques. Le tigre rouge est un symbole du Sud, de l'été et du feu. Le tigre noir symbolise le Nord, l'hiver et l'eau. Le tigre bleu est un symbole de l'Est, du printemps et de la végétation. Le tigre blanc symbolise l'Ouest, l'automne et tous les métaux. Enfin, le tigre jaune est le tigre suprême. Il est le seigneur de la terre et de toutes les énergies qui s'y trouvent.

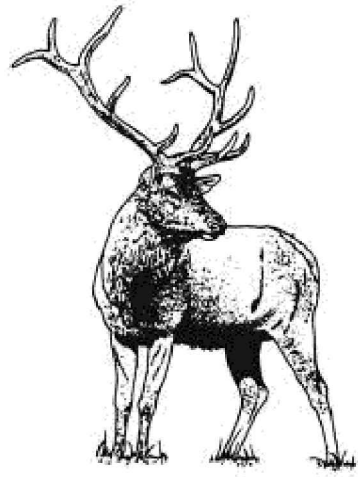
Si un tigre entre dans votre vie, vous pouvez vous attendre à de nouvelles aventures. Il va éveiller de nouvelles passions et un nouveau pouvoir en vous. Cela commencera dans un délai de six à huit semaines et durera au moins un an et demi. Examinez ce qui se produit dans votre existence. Avez-vous besoin de plus de passion pour la vie ? Exprimez-vous votre passion de la vie de manière inappropriée ? Votre énergie a-t-elle diminué ? Si le tigre se montre à vous, de nouvelles aventures vont donc commencer ainsi qu'une dévotion et une passion régénérées à l'endroit de la vie.

WAPITI/CERF ÉLAPHE

Points clés : Force et noblesse

Cycle de puissance : Automne

Le wapiti est un des animaux les plus royaux d'Amérique du Nord. Il est fort et puissant. Il vivait dans toute l'Amérique du Nord, mais avant la fin des années 1800, il fut éliminé des États de l'Est. Aujourd'hui, il est protégé et les montagnes de l'Ouest (Rocheuses, Appalaches, etc.) lui fournissent espace et refuge.



Ce sont les Indiens shawnees qui ont appelé cet animal *wapiti*,

ce qui est assurément un nom plus approprié que le mot anglais *elk*, que les colons blancs lui ont attribué (en pensant qu'il ressemblait à l'élan d'Europe – en anglais, également *elk* –, même s'il s'agit bel et bien de deux animaux différents ; l'élan d'Europe étant semblable à l'orignal du Canada). En Europe, c'est le cerf élaphe qui correspond strictement au wapiti.

Ce dernier est un animal de grande force, de grand pouvoir et de grande endurance. Il peut adopter un trot rapide (jusqu'à 65 km/h) pendant un laps de temps assez long. Courir plus vite que ses prédateurs est d'ailleurs l'un de ses principaux moyens de défense. Il peut tenir une certaine distance.

Si un wapiti entre dans votre vie, cela peut vouloir dire que vous êtes sur le point de trouver votre vitesse de croisière. Ce cervidé a pu aussi se manifester pour vous montrer comment réguler votre rythme plus efficacement. En faites-vous trop ? Et d'autres de votre entourage ? Avez-vous renoncé ou pensé à renoncer trop tôt ? N'allez-vous pas assez au bout des choses ? Cherchez-vous, juste à ce moment précis, la voie facile et rapide quand la plus longue et régulière serait plus efficace pour vous ? Un wapiti met quatre à cinq ans à atteindre sa maturité. Si vous avez entamé récemment de nouveaux projets ou tâches, vous allez peut-être avoir besoin de quatre ou cinq ans pour les voir atteindre le plein succès.

Le wapiti est dans sa période de puissance en automne. C'est la saison du rut. En dehors de cette période, les wapitis restent entre congénères du même sexe. Parfois, un wapiti se présente comme totem pour vous rappeler que vous avez aussi besoin de la présence de l'autre sexe, au moins de temps en temps, pour une question d'équilibre. Avez-vous négligé cette nécessité de relations avec le sexe opposé ? Ne fréquentez-vous que des personnes de votre sexe – en négligeant une grande partie de l'humanité ? À l'inverse, passez-vous trop de temps avec des personnes de l'autre sexe et négligez-vous celles du vôtre ?

Le cou du mâle gonfle pendant la saison du rut, et son brame sonore résonne dans tout le secteur. C'est une manière pour lui de marquer son territoire et d'affirmer sa relation avec les

femelles. Le cou est une zone passerelle, un point de passage. Nous avons tous besoin de la compagnie de l'autre sexe ; pas forcément pour une relation sexuelle, bien entendu ; simplement, passer du temps avec le sexe opposé permet d'équilibre sa vie et de faire monter – « passer » – nos énergies vers des niveaux supérieurs.

Peu de wapitis restent solitaires. Ils se rassemblent et vivent en hardes (troupeaux), constituées quasi exclusivement de sujets de leur sexe. Si un wapiti se montre, cela peut vouloir dire que vous avez besoin de la compagnie ou du soutien d'un groupe d'une manière ou d'une autre.

Les hardes de wapitis ont généralement des guetteurs ou des éclaireurs qui donnent l'alarme en rayant (criant) et en dressant la grande tache blanche de leur croupe. Il y aura toujours une interaction au sein du groupe. Parfois, le wapiti se montre à nous pour nous expliquer comment vivre au sein des collectivités ou groupes. Vous efforcez-vous de tout faire tout seul ? Et les autres en font-ils autant ? Avez-vous l'impression d'avoir la force et l'énergie d'assumer seul les tâches ?

Les wapitis utilisent souvent des *baby-sitters*. Une ou deux d'entre elles prennent en charge tous les jeunes de la harde, tandis que les autres se mettent en quêtent de nourriture. En cas de menace, elles défendent les jeunes à grands coups de leurs sabots tranchants. Ce sont les jeunes qui sont les plus vulnérables et les wapitis comme les élans sont extrêmement protecteurs. Les parents ayant un wapiti totem pourront eux aussi se montrer très protecteurs et féroces quand il s'agira de se défendre contre une menace potentielle, imaginée ou réelle. Leurs prédateurs les plus communs sont le puma et le grizzly, mais aussi les coyotes qui, quant à eux, chassent souvent en groupes. Normalement, un adulte en bonne santé battra toujours à la course ses prédateurs. Tel n'est pas le cas des jeunes et des malades, mais c'est ainsi qu'une harde demeure forte. Une étude des prédateurs des wapitis fournira des éléments complémentaires sur les types d'énergies fortement susceptibles de se manifester dans votre vie.

Le wapiti consomme principalement de l'herbe et de la végétation. Il ne migre pas. Sa fourrure est épaisse et lourde, ce qui lui permet de résister au froid. Mais si le temps est extrêmement mauvais, avec des neiges très abondantes, il pourra passer l'hiver dans les basses montagnes et autres contreforts où la végétation est plus accessible.

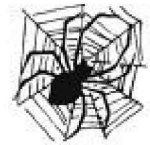
Tous ceux qui travaillent avec la médecine du wapiti feraient bien de s'en tenir à un régime alimentaire primordialement végétarien. Leurs niveaux d'énergie s'en trouveront renforcés ; leurs niveaux de stress diminués et leur endurance accrue. Si vous avez l'impression d'être plus apathique, plus mou et lent, invoquez la médecine du wapiti. Ajustez votre alimentation et, en simplement deux ou trois jours, vous noterez une différence considérable dans tous vos niveaux d'énergie.

QUATRIÈME PARTIE

LE LANGAGE EXOTIQUE DES INSECTES ET DES REPTILES

Les enfants ouvrirent le sac de Grand Frère et les premiers papillons s'en échappèrent. Leurs ailes brillaient comme la lumière du soleil et arboraient toutes les couleurs des fleurs et des feuilles, de la semoule de maïs, du pollen et des aiguilles de pin vertes. Ils étaient rouges et or, noirs et jaunes, bleus et verts et blancs. Ils ressemblaient à des fleurs dansant dans le vent. Ils volaient autour des têtes des enfants et les enfants riaient. Alors que ces premiers papillons s'envolaient, ils chantaient et les enfants écoutaient[1]*…*

CHAPITRE 14



DÉCOUVRIR LE MONDE DES INSECTES

Il est rare qu'une chose suscite une réaction émotionnelle aussi forte chez les humains qu'une confrontation étroite avec les insectes. Certains ont un réflexe de peur, voire d'effroi, d'autres de révérence, de sidération ou d'émerveillement. D'autres encore se contentent d'ignorer – s'y efforcent en tout cas – l'ordre animal le plus nombreux de la planète. On estime qu'il existe plus de 80 000 espèces d'insectes contenant chacune une multitude de variétés[1].

Les insectes sont anciens tant dans l'histoire de cette planète qu'en tant que symboles dans l'histoire de l'humanité. Les humains leur ont depuis longtemps attribué des caractéristiques. Bien qu'il s'agisse d'une forme d'anthropomorphisme, il est important de comprendre que ces qualités étaient souvent associées aux insectes à cause d'une de leurs caractéristiques

apparentes. De nouveau, comme avec tout animal, nous n'avons pas besoin de croire qu'ils ont une intelligence créatrice, mais nous pouvons admettre que les comportements, instincts et schèmes qu'ils manifestent peuvent refléter et symboliser des forces archétypales qui ne sont pas encore pleinement comprises.

De nombreux chamanes modernes invitent à la plus grande prudence concernant le travail avec les insectes totems, sous prétexte que la force archétypale les sous-tendant est constituée d'énergies si primitives qu'il est très difficile de travailler avec elles. Je crois pour ma part que chacun doit déterminer cela par lui-même. En dépit de ces mises en garde, les insectes ont longtemps servi de totems dans de nombreuses sociétés humaines.

Pour les Bochimans (*bushmen*) du Kalahari, la mante religieuse était un Bochiman ordinaire sous forme animale. Leurs légendes et leurs traditions sont remplies des enseignements de la mante et de ses qualités mystiques. Dans la tradition amérindienne, l'araignée est à la fois la grand-mère et la créatrice, un symbole de la capacité à créer et tisser de nouvelles énergies. Pour les populations du Moyen Âge, les libellules (en anglais, *dragonflies*, littéralement « mouches-dragons ») étaient souvent des dragons miniatures et des signes de passage vers le monde des fées. Nous devons être prudents avec les généralisations. Rappelez-vous que la clé pour apprendre le langage animal est de comprendre les comportements et qualités de l'animal. Cela vous aidera à déterminer son rôle dans la Nature et son rôle symbolique dans votre vie.

Examinez d'abord les insectes en général, puis concentrez-vous sur ceux que vous rencontrez continuellement. Faites surtout attention aux moins communs de ceux que vous croisez. Récemment, lors d'un périple en Floride, je me suis rendu dans un centre nature dans le but explicite de méditer sur certains changements et activités que j'espérais entreprendre tandis que je me trouvais là-bas. Tout au long du chemin, libellules et papillons bourdonnaient et voletaient autour de moi. Chaque fois que je m'arrêtais, ils se posaient doucement sur ma main, ma tête ou

mes épaules. Un peu plus tard, je devais rencontrer la plus belle des araignées que j'avais vue depuis des années. Elle avait pour nom *golden orb weaver* (littéralement « tisseuse au globe d'or[2] » ; nom de l'espèce en français, néphile) et sa toile était aussi artistique que magnifique et complexe. La signification de ces insectes ne m'était pas inconnue. Ils véhiculent la promesse de nouvelles aventures et de nouveaux commencements. Dans ce secteur, cette araignée se révéla particulièrement porteuse de réussite et elle m'ouvrit de nouvelles portes pour le futur.

Généralement, toutes les petites bêtes qui rampent et/ou paraissent rebutantes sont qualifiées d'insectes. Mais ce n'est pas vraiment exact. Les tiques, les araignées, les mille-pattes, les scorpions et d'autres du même ordre appartiennent à une classe d'animaux totalement différente. Les insectes ont des pattes articulées et un corps segmenté en trois parties – la tête, l'abdomen et le thorax. Ils ont aussi trois paires de pattes et la plupart ont – au moins à un moment donné – une ou deux paires d'ailes rattachées au thorax et des antennes raccordées à la tête.

Les araignées ont huit pattes et pas d'antenne. Leurs yeux sont simples et petits, et la tête et le thorax fusionnent. Ce sont des arthropodes (« pieds articulés ») comme les insectes, mais d'une classe différente. Néanmoins, dans le cadre de ce livre et au regard de son objet, je traite des araignées avec les insectes dans le dictionnaire.

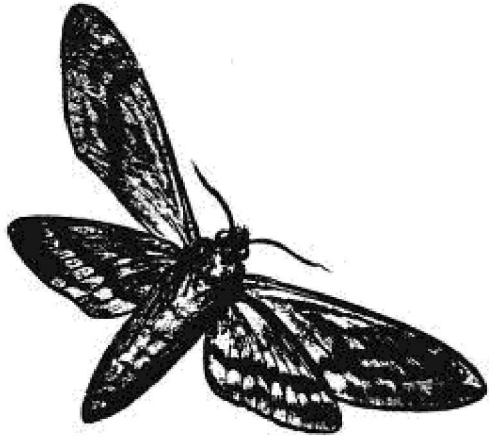
Les insectes sont des opportunistes nous pouvons tous apprendre de ce comportement. Ils constituent la plus diversifiée de toutes les formes de vie. Il en existe tellement de variétés que l'on considère qu'entre un tiers et la moitié de celles-ci n'ont même pas de nom. Les insectes sont endurants. Ils paraissent posséder une sagesse mystérieuse, au point de faire bien des choses comme les humains, mais avec une plus grande efficacité – y compris cultiver leurs propres productions (champignons), élever leur propre « bétail » d'insectes, et vivre au sein d'organisations sociales éminemment structurées et complexes.

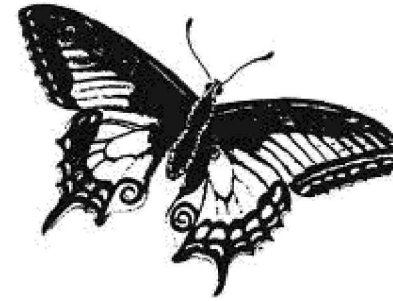
Les insectes réussissent au plan collectif en raison de six qualités primordiales. Premièrement, leur capacité à voler leur

permet de se répandre. Deuxièmement, ils sont extrêmement adaptables à l'environnement et aux conditions climatiques. Troisièmement, leur squelette externe les dote d'une sorte d'armure. Quatrièmement, grâce à leur petite taille, leurs besoins demeurent modestes et plus faciles à satisfaire. Cinquièmement, la reproduction permet aux espèces de survivre. Ils peuvent différer la fécondation jusqu'à ce que les ressources alimentaires et les conditions de vie aient le plus de chances d'être favorables aux plus jeunes. Et finalement, sixième point, ils ont une aptitude à la métamorphose. Ils peuvent subir de multiples changements (généralement quatre) pour faciliter et faire perdurer leur vie.

Toutes ces caractéristiques peuvent être vues symboliquement comme des idées qui peuvent aider les humains à mieux réussir dans leurs propres vies. Bien évidemment, nous ne pouvons pas voler, mais nous pouvons veiller à ne pas rester englués dans ce qui est trop confortable. Cela peut refléter un besoin d'explorer de nouvelles pistes dans la vie et de ne pas se contenter de ce que l'on a. Par ailleurs, nous ne pouvons porter notre squelette à l'extérieur de nous-mêmes, mais nous pouvons développer notre relation aux énergies qui nous entourent et renforcer nos champs auriques afin de limiter le risque d'être victimes de quelque chose. Nous pouvons limiter nos besoins au maximum et ainsi ne pas nous montrer gaspilleurs. De nombreux individus échouent dans leur vie parce qu'ils essayent d'accomplir une tâche trop importante d'un coup, au lieu de construire et de faire un peu à chaque fois afin d'obtenir un meilleur résultat au bout du compte. Différer la fécondation jusqu'à ce que les conditions de vie soient plus favorables a aussi de multiples applications – la plus évidente concerne les problèmes de surpopulation mondiale.

Enfin, il y a le processus de métamorphose. Le changement est inévitable dans la vie. Et cette dernière ne devient plus difficile et plus dangereuses à bien des niveaux que lorsque nous résistons à son cours naturel. Le changement assure la croissance. Nous devons supprimer l'ancien avant de passer au nouveau. La métamorphose est la magie inhérente des insectes. C'est la magie de la vie qu'ils peuvent nous enseigner.





Biologiquement et physiologiquement, les humains reconnaissent des changements – l'enfance, la puberté, la maturité. Mais celui-ci s'opère aussi à d'autres niveaux et il est nécessaire par moments. Tout ce que nous créons doit passer par différents stades. Cela s'accorde avec les quatre stades de la métamorphose des insectes qui naissent tous – et donc toutes nos idées – au stade d'œuf. L'éclosion des œufs donne les chenilles, qui nourrissent et filent le cocon. Et du cocon, on arrive à la forme finale de l'insecte – généralement dotée d'ailes.

C'est au stade de l'œuf qu'intervient le processus de fécondation. Nous donnons naissance – à une idée, à une activité, à une qualité nouvelle ou à n'importe quoi d'autre. Du stade de l'œuf, on passe à la larve. À ce stade, chez les insectes, l'œuf devient une chenille. Celle-ci alimente sa structuration de base, sa fondation, et travaille à la renforcer. Les idées et la créativité ont besoin d'être travaillées elles aussi, modelées, structurées, mises en forme, développées et parfaites. Quand la chenille a ainsi établi sa propre fondation commence le stade de la chrysalide.

La chenille tisse autour d'elle-même un cocon, et une nymphe semblable à une momie se forme à l'intérieur. À ce stade, les cellules de la chenille se réorganisent, même si elle semble en

complète léthargie. Parfois, les individus ont besoin de marquer une pause, voire de prendre du recul, après avoir posé des fondations, avant de rentrer profondément en eux-mêmes pour que la création se prépare à sortir avec force en pleine lumière. Parfois, dans le processus créatif, nous devons savoir demeurer passifs et laisser les choses suivre leur cours. Nous faisons ce que nous devons, puis nous laissons la vie reprendre ses droits. C'est exactement ce que reflète le stade de la chrysalide.

Ensuite, cette chrysalide parvient à un nouveau stade, la forme finale : l'insecte ailé lui-même. Le fait qu'il possède des ailes à ce stade ultime est très significatif et tout le symbolisme associé aux ailes que nous avons vu à propos des oiseaux s'applique aussi aux insectes. L'adulte ne sort du cocon que dans la chaleur du printemps – ce qui, de nouveau, reflète la capacité à se retirer à l'intérieur et à déterminer le meilleur moment pour mettre une nouvelle création en œuvre à un niveau supérieur. Les ailes sont l'emblème des insectes adultes et donc de la création adulte, mature. La capacité de voler devient un mode de vie tout le temps que survivra l'adulte.

C'est donc dans ces différents stades de métamorphose que se trouvent les clés de la création et de la manifestation de toute chose. Qu'il possède ou non un insecte totem, chacun serait bien inspiré d'étudier comment les insectes muent, se débarrassent des anciennes formes pour en adopter de nouvelles, et de méditer dessus. Les insectes nous rappellent que nous ne sommes jamais les mêmes. Nous changeons constamment et c'est même là notre seule constante. Mais c'est aussi la force de la création. C'est peut-être exactement ce qu'avait la chenille en tête quand elle conversait avec Alice, dans *Alice au pays des merveilles* :

> « Grandir, rapetisser, changer si souvent de taille en un seul jour, c'est très perturbant.
>
> — Pas du tout, dit la chenille.
>
> — Peut-être ne vous en êtes-vous pas encore aperçu, dit Alice. Mais quand vous deviendrez chrysalide, car c'est ce qui vous arrivera, sachez-le bien, et ensuite papillon, je crois bien que vous vous sentirez un peu drôle, qu'en dites-vous ?

— Pas du tout, dit la chenille.

— Vos ressentis sont peut-être différents des miens, dit Alice. Tout ce que je sais, c'est que cela me semblerait bien drôle à moi.

— Vous ! dit la chenille d'un ton de mépris. Qui êtes-vous ?[3] »

De nombreux insectes vivent en groupes ou en colonies – abeilles, guêpes et fourmis étant les plus communs. Ces types d'insectes sont qualifiés d'« insectes sociaux ». Il existe différents emplois et fonctions au sein de leurs communautés. Les insectes totems peuvent refléter ces leçons de sociabilité, ainsi que tous les travaux susceptibles d'être assumés pour et au sein d'une collectivité.

La plupart des insectes respirent par des orifices dans le corps, situés sur le thorax ou l'abdomen. De ce fait, ils peuvent enseigner l'utilisation des techniques de respiration cellulaire pour renforcer la santé en général. Ce type de respiration fait partie de nombreux enseignement comme le yoga, le taoïsme, ou d'autres traditions orientales intégrant le souffle comme véhicule de pouvoir et de santé.

Chaque insecte a ses qualités et caractéristiques propres. Celles-ci peuvent refléter les énergies actives dans votre vie, ou celles que vous avez besoin de développer. Seule une étude de l'insecte fournira les informations nécessaires. Prêtez surtout attention à ses caractéristiques les plus inattendues. Par exemple, une fourmi peut soulever une pierre cinquante fois plus lourde qu'elle. Une abeille peut même aller jusqu'à porter une charge faisant trois cents fois son poids.

Cela nous indique le type d'énergies et le symbolisme attribués aux insectes tout au long des siècles. De tels éléments ont souvent des implications tant rationnelles que métaphysiques. Les grandes manifestations de force sont liées au fait que la plupart des insectes ont un développement musculaire différent de celui des humains. Un homme possède un peu moins de huit cents muscles. Une sauterelle en a plus de neuf cents et, comme la plupart des autres insectes, elle fait montre d'une grande

résistance à la fatigue[4].

Les insectes ont de nombreuses manières de se protéger et d'assurer leur survie. Là encore, il serait opportun de les étudier et de méditer dessus. Des méthodes similaires devraient être appliquées par ceux qui ont des insectes totems. Les plus courantes sont la dissimulation et le camouflage. Certains utilisent une forme de blindage. D'autres recourent au cocon. D'autres encore sont armés de griffes, de pinces, de dards, de défenses, d'agents chimiques, etc. Qu'utilise votre insecte ? Recourrez-vous à quelque chose de semblable ? Pourriez-vous ou devriez-vous le faire ? Ou l'utilisez-vous de manière inappropriée ?

Les pires ennemis des insectes sont d'autres insectes. C'est particulièrement signifiant quand on applique ce même aspect à l'humanité. Les humains sont leurs propres pires ennemis. N'entend-on pas souvent : « C'est moi qui me suis fait ça. Je suis mon pire ennemi » ? Si rien ne va autour de vous et qu'un insecte se distingue particulièrement dans votre vie, prenez un instant pour faire le point sur vous-même. Y a-t-il quelque chose que vous devriez faire mais que vous ne faites pas ? À l'inverse, y a-t-il quelque chose que vous ne faites pas, mais que vous devriez faire ?

Les humains sont en contact direct avec leur environnement. Rien ne protège notre peau et nos sens. Les insectes, quant à eux, ne sont pas en contact direct avec l'environnement. En raison de leur exosquelette – le squelette externe –, ils doivent recourir à d'autres moyens pour « sentir » l'environnement.

Les organes sensoriels les plus dynamiques sont les antennes. Toutes les antennes, bois, cornes et autres appendices de la tête ont été des symboles d'une conscience plus élevée, de l'intuition et d'une perception renforcée. Les antennes des insectes sont constamment en mouvement et perçoivent leur environnement. Cet aspect sensitif est ce qui lie les insectes à l'aptitude à la psychométrie dans les traditions mystiques. La psychométrie est la capacité à « sentir » les vibrations d'un objet que l'on tient – en somme à s'harmoniser avec les choses et les personnes qui se trouvent dans l'environnement de l'objet.

Les antennes des insectes varient en taille et en forme. Elles sont généralement plus grandes chez les insectes dotés d'une piètre vue. Avec elles, ils peuvent percevoir, toucher, sentir, humer, goûter, et déterminer la température. Ils peuvent aussi s'en servir pour créer des sons. Elles sont couvertes de multiples piques minuscules qui font office de récepteurs.

Chez les insectes, le sens du toucher est éminemment développé. Ils ont de nombreux poils sensoriels sur les pattes, le corps et les antennes. Les individus ayant des insectes pour totems vont voir croître leur sensibilité au toucher. Êtes-vous sensible à votre environnement et aux personnes qui s'y trouvent ? Faites-vous suffisamment attention à ce qui vous entoure ? Êtes-vous en phase ou non avec votre environnement ? Êtes-vous trop cérébral, trop détaché du physique ?

Il n'est pas rare de voir ceux qui ont des insectes totems devenir plus sensibles au toucher. La peau est notre enveloppe externe, recouvrant tout notre corps, et notre plus grand organe sensoriel. Elle protège tout en éprouvant des sensations. C'est un très vieux symbole de sensibilité et de l'estime de soi. C'est aussi un symbole de naissance et de renaissance, dans la mesure où les cellules de la peau se régénèrent en permanence.

Les insectes totems peuvent se montrer dans des moments où des questions d'insensibilité apparaissent. Nous montrons-nous insensibles à l'endroit de tiers, ou le sont-ils vis-à-vis de nous ? Nous efforçons-nous de fermer nos sens aux influences extérieures ? Qu'est-ce qui vous agace ? Qui agacez-vous ?

L'ouïe des insectes est très fine. Ils sont même capables de capter les ultrasons. On trouve leurs organes d'audition sur les pattes et l'abdomen. Cela leur permet de sentir les vibrations émises autour d'eux. Les individus ayant des insectes totems devraient développer leurs dons d'écoute. Prêtez l'oreille non seulement à ce qui est dit, mais aussi à ce qui ne l'est pas. Et faites également attention à ce qui est dit par les tiers à travers leur langage corporel. Fiez-vous à vos impressions.

Les insectes n'ont pas de voix, mais ils font du bruit en stridulant, c'est-à-dire en frottant certaines parties de leur corps

contre d'autres. Les sons émis remplissent toute une série de fonctions de communication. Ils leur permettent par exemple de se trouver un partenaire ou d'effrayer des ennemis.

Les insectes se transmettent des messages de bien des manières. Ils utilisent l'odeur, le toucher, les stridulations donc, et même les danses. Les fourmis se touchent les antennes. Les sauterelles se frottent les ailes les unes contre les autres pour créer des sons. Les abeilles exécutent des danses qui indiquent aux autres où se trouve la nourriture et en quelle quantité.

L'acuité visuelle des insectes est limitée. Leur vision n'est nette que jusqu'à environ un mètre dans la plupart des cas. En fait, leurs yeux à facettes (ou yeux composés) ne leur permettent pas de voir plus clairement ou de manière plus nette que les humains, mais ils les aident à capter le plus subtil mouvement. Ainsi, le mysticisme associé aux insectes peut vous apprendre à prêter attention aux communications et aux mouvements et les plus subtils dans votre vie.

Les insectes sont les gardiens de la connaissance de la communication subtile non verbale. Ils peuvent nous enseigner comment utiliser ces mêmes subtilités dans notre existence. Une bonne expérience à tenter est de passer une journée sans faire appel à la moindre communication verbale – orale ou écrite. Utilisez des gestes, des postures, des mouvements, des émissions de sons et le toucher. Voyez comment vous pouvez communiquer de cette manière. Tout cela fait partie du merveilleux et de la magie depuis longtemps attribués aux forces associées aux insectes. C'est la plus authentique médecine, quelle que soit l'espèce d'insecte qui vient à vous.

CHAPITRE 15

DICTIONNAIRE DES INSECTES TOTEMS

Le dictionnaire suivant, comme les précédents, n'est en aucune manière exhaustif. Il est même minuscule quand on le compare à ceux des oiseaux et des mammifères figurant dans ce livre. Il existe beaucoup trop d'espèces différentes et de variantes d'insectes pour qu'on puisse toutes les évoquer. Et il intègre les araignées qui ne sont en rien des insectes, simplement pour une question de facilité de description.

Les exemples retenus ici sont ceux qui sont associés à la plus grande abondance de mythes et de traditions. Les mythes et origines sont un point de départ efficace pour les études. Ils peuvent fournir de nombreuses pistes et même des éléments relatifs à d'éventuelles connexions avec des vies passées. Ils ne sont pas tous décrits avec autant de détails que pour les autres animaux, car le domaine des insectes est beaucoup trop vaste et

complexe pour être approfondi dans le cadre restreint de cet ouvrage. Ainsi, un grand nombre des caractéristiques des insectes se recoupe et la plupart des informations évoquées dans le précédent chapitre peuvent s'appliquer à la majeure partie des insectes totems.

Comme tous les totems, étudiez chacun d'eux individuellement. Ses comportements, caractéristiques, qualités et autres données du même ordre ont toutes une signification. Quelle était l'activité de l'insecte quand vous l'avez repéré ? À quel moment de l'année se montre-t-il ? Qu'est-ce qui a pu se passer dans votre vie au cours des soixante-douze heures précédentes, susceptible d'être connecté d'une certaine manière avec l'énergie de cet insecte ?

En outre, je ne donne pas de cycle de puissance pour les insectes, car il variera selon la saison, la durée de vie (qui peut être très courte) et le stade de métamorphose. La plupart des insectes deviennent très actifs au printemps et en été, alors que leur activité décline en automne et à l'approche de l'hiver, pour atteindre une forme d'hibernation au cœur de cette saison. Malgré cela, rappelez-vous que même les plus petites bêtes vous parleront si vous les écoutez.

ABEILLE

Points clés : Fertilité et le miel de la vie.

Les abeilles ont été des symboles mythiques dans le monde entier. Dans l'hindouisme, selon la manière de la représenter, l'abeille pouvait être liée à Vishnou, Krishna, ou même à Kama, le dieu de l'amour. En Égypte, elle manifestait la royauté. En Grèce, on l'utilisait dans la symbologie des mystères d'Éleusis. Quant aux Celtes, ils l'associaient à la sagesse cachée[1]. Son symbolisme le plus significatif et le plus constant est assurément celui qui la rapporte à la sexualité et à la fertilité, du fait, principalement, de son dard et de sa contribution à la pollinisation.

Les abeilles sont de très longue date des symboles de l'accomplissement de ce qui est impossible. Pendant de nombreuses années, les scientifiques ont été incapables de

déterminer comment elles volaient. Sur un plan aérodynamique, leur corps était trop gros pour leurs ailes. Ce n'est que très récemment qu'ils ont déterminé que c'est le rythme auquel elles bougent leurs ailes qui leur rend le vol possible. Mais malgré cette découverte, elles demeurent pour beaucoup des symboles de l'accomplissement de quêtes qui paraissaient impossibles.

Toutes les abeilles sont essentielles des « mouches à miel ». Elles récoltent le pollen et pollinisent. Elles sont souvent considérées comment les plus affairés et les plus utiles des insectes. Sans elles, il n'y aurait pas de fleurs et de nombreux fruits ne pourraient jamais se développer. C'est justement la pollinisation qui permet la fécondation des arbres fruitiers et leur fructification. Quand l'abeille se pose sur une fleur et recueille son nectar, le pollen s'accroche aux fibres (poils) de ses pattes. Tandis qu'elle butine de fleur en fleur, le pollen est alors transféré à d'autres plantes, créant ainsi le processus de fertilisation.

Mais la pollinisation n'est naturellement pas le seul processus productif dans lequel l'abeille est impliquée. Elle est aussi très réputée pour la nourriture qu'elle fournit, par exemple le miel. Par ailleurs, elle est aussi la prédatrice d'autres insectes, ce qui permet de garder équilibrée la population de certaines espèces. Les abeilles qui construisent leur habitat dans le sol contribuent à remuer la terre, parfois beaucoup mieux encore que le ver de terre.

Si une abeille se montre dans votre existence, examinez votre propre productivité. Faites-vous tout ce que vous pouvez pour rendre votre vie plus féconde ? Êtes-vous assez occupé ? Prenez-vous le temps de savourer le « miel » de vos entreprises ou êtes-vous un accro au travail ? Avez-vous tendance à en faire trop ? Parvenez-vous à garder vos désirs sous contrôle pour qu'ils soient plus productifs ?

Les pattes des abeilles comptent parmi leurs organes les plus sensibles. Dans les faits, l'abeille « goûte » par ses pattes. Elle est capable de cette manière de déterminer s'il y a ou non du nectar dans la fleur sur laquelle elle se pose. Prenez-vous le temps d'apprécier les labeurs et les activités dans lesquels vous

êtes engagé ? L'abeille nous rappelle que les activités sont plus productives et plus délectables quand nous prenons le temps d'en goûter la saveur.

Le dard est souvent vu comme un symbole phallique. La plupart des abeilles ne peuvent piquer qu'une fois. Une barbe est attachée au dard, qui arrache ce dernier une fois qu'il a été utilisé. En revanche, la reine peut piquer plusieurs fois, mais elle ne combat qu'une fois qu'une nouvelle reine est née.

La grande majorité des abeilles vit en communautés organisées. C'est particulièrement évident dans le cas de la famille des bourdons. Il y a la reine, les mâles et les ouvrières. Le premier couvain que pond la reine donne les ouvrières. Celles-ci prennent en charge la construction et l'entretien du nid. Comme les fourmis, les abeilles sont d'excellentes bâtisseuses. Les meilleures sans doute. Les alvéoles de la ruche sont élaborées en forme hexagonale. Cette figure géométrique est associée depuis longtemps à une signification mystique. C'est un symbole du cœur et de la douceur de la vie qui niche dans notre propre cœur. C'est aussi un symbole du soleil et de toutes les énergies qui lui sont connectées.

L'abeille nous incite à extraire le miel de la vie et à rendre nos existences fertiles tandis que le soleil brille. Elle nous rappelle que, quels que soient nos rêves et quelle que soit leur ampleur, leur réalisation est promise si nous partons à leur poursuite et/ou si nous les mettons en œuvre. L'élixir de la vie est aussi doux que le miel et l'abeille nous promet que nous n'aurons l'occasion de le boire que si nous poursuivons nos rêves.

ARAIGNÉE

Points clés : Créativité et le tissage de la destinée.

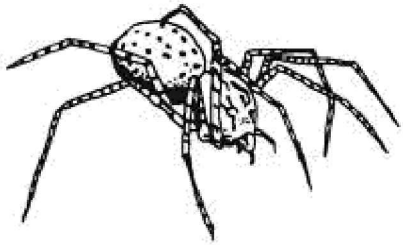
L'araignée apparaît dans les mythes et le folklore du monde entier. En général, quel que soit le secteur, son symbolisme diffère peu. En Inde, on l'associait à la Mâyâ, la tisseuse de l'illusion. Elle a des liens (c'est le cas de le dire) avec les déesses fileuses de la destinée – les Parques et les Moires des

mythologies grecque et latine, les Nornes du folklore scandinave… –, des femmes qui filaient, mesuraient et coupaient les fils de la vie. Pour les Amérindiens, l'araignée est la « grand-mère », le lien avec le passé et le futur.

L'araignée

L'araignée est la maîtresse tisseuse. Pour les Amérindiens, grand-mère araignée gardait et enseignait les mystères du passé ainsi que leur influence sur l'avenir. L'araignée nous invite à réveiller nos sensibilités pour être plus créatifs.

À la différence des insectes, les araignées ont un corps en deux parties et non trois, qui, vue du dessus, leur donne souvent l'apparence d'un huit. Cette configuration va de pair avec ses huit pattes (qui, là encore, la distinguent des insectes qui n'en ont que six) et la relie à tout le mysticisme associé à la forme géométrique du chiffre 8. Couché, il est le symbole de l'infini. C'est aussi l'image de la roue de la vie, s'écoulant d'un cercle – ou cycle – au suivant. La difficulté réside dans le fait d'apprendre à parcourir ces cercles, à passer de l'un à l'autre, ou même simplement d'arriver à se maintenir au point d'intersection entre deux cercles.



L'araignée vous enseigne comment maintenir l'équilibre – entre passé et futur, physique et spirituel, masculin et féminin. Elle vous explique qu'aujourd'hui, vous tissez ce que vous rencontrerez dans l'avenir. Dans le tarot divinatoire, la roue de la fortune est une carte particulièrement liée à la notion de rythme – l'ascension et la chute, le flux et le reflux… Elle est en relation avec les énergies de l'honneur et de la renommée, et avec les sensibilités nécessaires pour s'inscrire dans les rythmes de la Nature. Méditer sur cette carte sera bénéfique pour ceux dont l'araignée est le totem.

L'araignée réveille les sensibilités créatrices. Elle tisse une toile d'une matière subtile et complexe, comme s'il s'agissait de rappeler que le passé influence toujours subtilement le présent et l'avenir. Souvent, les toiles adoptent une structure spiralée, la forme traditionnelle de la créativité et du développement. L'araignée sur sa toile nous dit que nous sommes nous aussi le centre de notre propre monde. Au-dessus des portails des anciennes écoles à mystères était inscrit un précepte : « Connais-toi toi-même et tu connaîtras l'univers ! » L'araignée nous rappelle que le monde est tissé tout autour de nous. Nous sommes les gardiens et les rédacteurs de notre destinée. Nous la tissons comme une grande toile avec nos pensées, nos sentiments et nos actions.

Du fait de ses caractéristiques, l'araignée a été associée par les mystiques et les mythes à trois expressions majeures de la magie. La première est la magie et l'énergie de la création. Elle est un symbole du pouvoir créateur, ce qui est reflété par son aptitude à tisser une toile de soie. Elle est aussi associée à la mise en

œuvre de cette force créatrice, à la préservation des énergies féminines de la création dans la plénitude de leur force. Comme nous allons l'évoquer plus loin, cela nous fait penser aux caractéristiques de certaines araignées, comme les veuves noires, qui tuent et mangent leur mâle après que l'accouplement l'a épuisé.

La troisième magie prédominante de l'araignée est connectée à son énergie spiralée, le lien avec le passé et le futur. La spirale de la toile, convergeant vers un point central, est à méditer pour ceux dont l'araignée est le totem. Vous dirigez-vous vers un objectif central ? Ou vous dispersez-vous dans de multiples directions ? Est-ce que vos activités restent concentrées ? Vous impliquez-vous trop et/ou êtes-vous trop absorbé par vos activités ? Vous concentrez-vous sur les réalisations des tiers et non sur les vôtres ? Développez-vous du ressentiment à cause de cela – contre vous ou contre eux ?

L'araignée est la gardienne des anciens langages et alphabets. Toutes les civilisations ont eu des mythes relatant la création des différentes langues et alphabets. L'alphabet chinois est attribué à Ts'ang Chien (Cang Jie), le dieu avec un visage de dragon et quatre yeux. Il le conçut à partir des configurations stellaires, des marques sur le dos des tortues et les empreintes des oiseaux sur le sable. Le dieu nordique Odin créa l'alphabet runique après être resté pendu neuf jours et neuf nuits au grand arbre de vie. Au terme de ces neuf jours, les baguettes runiques se détachèrent et révélèrent certaines formules et mots.

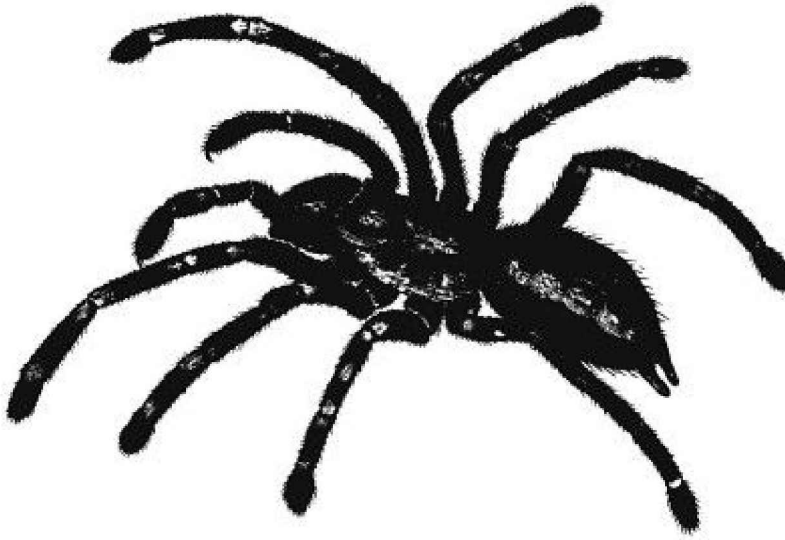
Pour beaucoup, il existait un alphabet encore plus antérieur. Il était constitué des formes et angles géométriques que l'on trouvait sur la toile de l'araignée. Nombreux étaient ceux qui le considéraient comme le premier véritable alphabet. Voilà pourquoi l'araignée passe pour la maîtresse du langage et de la magie de l'écriture. Ceux qui tissent la magie en écrivant leurs mots ont probablement une araignée pour totem.

Par ailleurs, l'araignée a depuis longtemps été associée à la mort et à la renaissance. C'est en partie dû au fait que certaines araignées femelles tuent et mangent le mâle après

l'accouplement. Ce schéma n'est pas rare dans le monde des insectes. La mante religieuse en est un autre exemple. Et parce qu'elle construit et tisse de nouvelles toiles en permanence, on a aussi fait de l'araignée un symbole lunaire en lien avec les lunes montantes et descendantes. Pour ceux qui l'ont comme totem, cette idée invite à ne pas oublier de maintenir équilibre et polarité dans tous les aspects de leur vie. L'araignée nous enseigne qu'au travers de la polarité et de l'équilibre, c'est la créativité qui est stimulée.

Les livres, les films et la télévision ont tendance à promouvoir une peur de l'araignée auprès du grand public. La plupart d'entre elles sont venimeuses. C'est comme cela qu'elles tuent ou anesthésient leurs proies. Elles jouent un rôle vital dans le contrôle de la population des insectes.

C'est probablement la veuve noire qui a hérité de la pire réputation, néanmoins imméritée. On la trouve dans toute l'Amérique du Nord. Elle est d'un noir de jais, mais elle présente une marque en forme de sablier rouge vif sur le ventre. Elle est venimeuse, mais pas fatale pour les humains, contrairement à ce que beaucoup croient. C'est même, en réalité, une araignée très craintive et, en général, elle a beaucoup plus peur des humains que le contraire.



Les tarentules sont une autre espèce commune familière de grosse araignée. Elle a donné son nom à la tarentelle, une danse populaire du sud de l'Italie. On croyait à tort que la morsure de cette araignée provoquait des mouvements convulsifs chez les humains. C'est pour cela qu'on a pensé à elle pour baptiser cette danse aux mouvements circulaires effrénés et ses mouvements de pieds rapides.

L'araignée appelée en anglais *tarentula* n'est néanmoins pas la tarentule européenne, mais celle que l'on nomme mygale. Cette dernière est une des plus grosses araignées qui existent et elle est velue. Sa bouche se trouve sous son corps. Comme chez la majorité des araignées, sa morsure est venimeuse, mais elle ne serait pas plus dangereuse et douloureuse pour un humain ordinaire qu'une piqûre d'abeille (c'est en tous les cas vrai de la mygale d'Amérique ; sa cousine d'Europe a une morsure quelque peu plus dangereuse qui requiert généralement une hospitalisation). Les tarentules, pour revenir à elles, tissent un fil mais pas vraiment de toile. Elles creusent un terrier ou un trou dans le sable, au fond duquel elles se cachent. Dès qu'elle sent que quelque chose marche à proximité de l'ouverture, la tarentule

jaillit, l'attrape et le ramène à l'intérieur. C'est ainsi qu'elle se procure sa nourriture.

La plupart des araignées sont très délicates. Si vous tenez une tarentule et que vous la laissez tomber, elle meurt. Les araignées sont un mélange de douceur et de force. Elles ont appris à combiner ces deux caractéristiques pour survivre. C'est une leçon importante pour ceux dont elles sont le totem.

Aussi délicates qu'elles soient, elles sont aussi très agiles. Elles peuvent se tenir en équilibre et progresser aisément sur des fils de soie ténus. Avancer sur les fils de la vie et garder l'équilibre est un des grands mystères depuis toujours. Les mythes et les folklores évoquent certains individus qui ont su marcher – aussi bien éveillés que dormant – sur les fils séparant la vie de la mort, le physique du spirituel. Là encore, cela fait partie des enseignements de la médecine de l'araignée, qui est une spécialiste du funambulisme.

La grande majorité des individus aura peu voire pas de contacts avec les plus grosses araignées. Mais ils en verront couramment de diverses sortes autour de chez eux. Nombre d'entre elles jouent un rôle vital en tuant quantité d'insectes nuisibles. La plupart de leurs mouvements s'effectuent dans l'obscurité et elles se déplacent dans des endroits inaccessibles. Cela en dit beaucoup sur les manières de manifester vos énergies créatrices. N'ayez pas peur de les utiliser dans des recoins de votre existence paraissant justement inaccessibles. Tissez vos propres fils créateurs dans l'obscurité, puis, quand la lumière du soleil les touchera, vous les verrez resplendir d'une beauté sophistiquée.

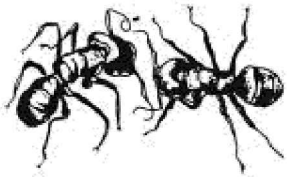
Si l'araignée est entrée dans votre vie, posez-vous quelques questions importantes. Tissez-vous vos rêves et les fruits de votre imagination dans la réalité ? Exploitez-vous vos opportunités créatrices ? Vous sentez-vous enfermé ou englué comme sur la toile d'une araignée ? Avez-vous besoin de prêter attention à votre équilibre et aux endroits où vous posez les pieds ? Dans votre entourage, les personnes manquent-elles d'équilibre ? Sont-elles même déséquilibrées ? Avez-vous besoin d'écrire ? Avez-vous de l'inspiration pour écrire ou dessiner, mais qu'en faites-

vous ? Rappelez-vous que l'araignée est la gardienne de la connaissance de l'alphabet primordial. Elle peut vous apprendre à utiliser le langage écrit de manière puissante et créative afin que vos mots tissent une toile autour de ceux qui pourraient les lire.

FOURMI

Points clés : Ardeur au travail, ordre et discipline

La fourmi est depuis longtemps un symbole de travail et d'assiduité besogneuse. C'est en partie dû aux récits grecs sur ces insectes, en particulier ceux que l'on trouve dans les fables d'Ésope. Leur sagesse et l'intelligence qu'elles mettent dans leurs entreprises sont souvent célébrées. Il existe de nombreuses espèces de fourmis. Certaines sont solitaires, mais la majorité d'entre elles fait partie de grandes colonies. Si on les associe souvent à l'idée de travail acharné, c'est loin d'être exact. Quand elles sont entre elles, elles manifestent des comportements simples. Au sein de leur communauté, on relève tout un répertoire de comportements et d'activités.



Les fourmis sont sociables. Une grande partie de leur labeur se concentre sur l'activité collective. Collecter, chasser et cultiver sont leurs activités principales. Certaines sont « agricultrices » et cultivent une sorte de champignon. Elles se livrent aussi à des échanges de nourriture au sein de la colonie et réduisent souvent d'autres fourmis en esclavage afin d'exécuter les travaux à leur place.

Au sein de la plupart des communautés de fourmis règnent l'ordre et la discipline. Tout le monde y connaît sa place. Fondamentalement, il existe trois castes de fourmis : les reines

qui fondent de nouvelles colonies, les mâles ailés qui fécondent les reines et y laissent normalement la vie, et les femelles stériles qui servent de *baby-sitters* et d'ouvrières.

La reine a des ailes et la capacité de voler jusqu'à ce qu'elle soit fécondée. Une fois qu'elle l'est, elle s'arrache ses propres ailes, sacrifiant ainsi son vol à la naissance de ses petits. Généralement, elle meurt au bout de douze ans. Ceux qui ont des fourmis pour totem verront que leur cycle de travail et de construction des objectifs peut s'accroître sur une période de douze ans. Le cycle de douze – jours, mois, années – aura pour eux une grande signification. Le douze est un numéro bénéfique que ceux qui s'intéressent à la numérologie et qui ont une fourmi totem pourront étudier.

Les ouvrières sont des architectes et des bâtisseuses de grand talent. Elles construisent des habitats complexes, des salles, des galeries, et même des plafonds voûtés. Leur art de la construction et leurs efforts infatigables en disent beaucoup sur ce que la fourmi peut réveiller chez vous. Elle enseigne comment bâtir, comment être l'architecte de sa vie. Elle peut vous expliquer comment donner forme à vos rêves dans la réalité. Elle vous montrera que les plus grands succès naissent de la persévérance.

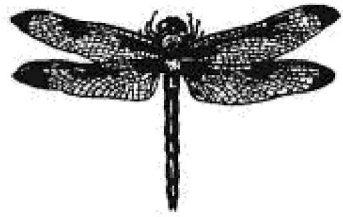
Si la fourmi s'est présentée à vous comme totem, examinez votre propre assiduité au travail. Êtes-vous suffisamment discipliné pour accomplir les tâches en cours ? Cherchez-vous la facilité et la rapidité ? Et les autres autour de vous ? Négligez-vous des activités importantes ? Posez-vous de bonnes fondations ? Ajoutez-vous chaque année de nouvelles structures à votre vie dans un domaine ou un autre – éducation, travail, hobbies… ? Vous montrez-vous patient dans vos tâches ? Êtes-vous patient avec vous-même ? Et avec les autres ? Faites-vous les choses plus grandes et les rendez-vous plus compliquées qu'elles n'ont besoin de l'être ? Ratez-vous des opportunités d'entreprendre de nouvelles créations ? La fourmi peut vous apprendre à maîtriser votre pouvoir pour redessiner et recréer votre vie à partir de zéro. Elle vous montrera comment collaborer au mieux avec d'autres pour le bien de tous. La fourmi nous

révèle que, quelles que soient les circonstances, si nos efforts sont justes et authentiques, la récompense suivra – au moment et de la manière les plus bénéfiques. La fourmi, c'est la promesse du succès par l'effort.

LIBELLULE ET DEMOISELLE

Points clés : Le pouvoir de la lumière

Les libellules et les demoiselles sont des insectes extrêmement anciens. On estime qu'ils étaient déjà là il y a 180 millions d'années. Leur magnifique coloration chatoyante met du temps à se développer, ce qui induit l'idée selon laquelle nos vraies couleurs ne viennent qu'avec la maturité. Cela fait partie de la médecine de la libellule.



Pour de nombreuses personnes, il est difficile de faire la différence entre une libellule (*epiproctophora* ou anisoptère) et une demoiselle (*zygoptera* ou zygoptère), les deux appartenant à l'ordre des odonates, dont tous les membres sont appelés « libellules » de manière générique, ce qui ne facilite pas la distinction. Les libellules ont un corps plus gris et des yeux énormes. Les demoiselles ont un corps plus fin et délicat. Quand les libellules sont au repos, elles laissent leurs ailes étendues comme un planeur. Quant aux demoiselles au repos, elles joignent leurs ailes dressées au-dessus de leur corps. Les libellules mangent souvent alors qu'elles sont en vol, alors que les demoiselles se posent toujours avant de manger.

Les deux espèces sont connues pour leur vol rapide et leurs

prouesses aériennes éblouissantes, comme si elles imitaient la manière selon laquelle la lumière elle-même peut être déplacée et dirigée. Elles virevoltent, tournent, changent de direction en un instant, planent, montent et descendent, et même volent à reculons. On surnomme parfois les libellules en anglais *mosquito hawks*, c'est-à-dire « buses moustique » (du fait de leur taille) ou « buses à moustique » (en raison d'une de leurs proies favorites). Tant les libellules que les demoiselles sont d'excellentes chasseuses d'insectes volants. Elles peuvent atteindre des vitesses de plus de 40 km/h et leurs yeux leur permettent de repérer les insectes en vol. Elles sont capables de détecter des mouvements à près de quinze mètres. Elles utilisent leurs pattes pointues et dotées de piquants, ainsi que leurs mâchoires et mandibules puissantes pour capturer leurs proies.

Les libellules et les demoiselles habitent deux mondes : l'air et l'eau. Les personnes les ayant pour totems devront étudier la signification de ces deux univers. Au début de leur croissance – stade de la nymphe –, elles vivent dans l'eau. Mais en grandissant et en se métamorphosant, elles passent dans le monde de l'air. Les individus « libellule » sont généralement très émotifs et passionnés au cours de leurs premières années ; mais en grandissant, ils apprennent à équilibrer cette émotivité par une plus grande lucidité mentale et un plus grand contrôle de soi. Parfois, cela indique que les émotions ont été étouffées, en raison d'un trop grand nombre de stimulations émotionnelles dans l'enfance. Rappelez-vous que l'on trouve toujours les libellules et les demoiselles à proximité de l'eau. Il faut y voir des expressions conjointes de l'émotionnel et du mental.

Si une libellule se montre dans votre vie, il est possible que vous ayez besoin d'air frais au regard de quelque chose touchant aux émotions. Vous avez peut-être besoin d'une nouvelle perspective ou d'opérer un changement. Mais cela peut aussi indiquer que vous négligez vos émotions. Êtes-vous trop rationnel à tous points de vue ? Prêtez-vous attention aux couleurs de vos émotions ? Les entretenez-vous ?

Les libellules sont très territoriales. Elles pondent leurs œufs

près de l'eau. Puis l'œuf laisse place à la nymphe dans le processus de métamorphose de cet insecte. Au bout de deux ans, elle deviendra une libellule ou demoiselle adulte. Ce phénomène peut traduire bon nombre de possibilités pour ceux dont elle est le totem. Par exemple, l'apparition de la libellule peut indiquer que vous êtes sur le point d'entrer dans un processus de transformation qui durera deux années. Cela peut aussi vouloir dire que vous avez besoin d'instaurer des changements qui culmineront dans des transformations colorées attendues d'ici deux ans. Ce n'est qu'en étudiant votre vie et vos activités que vous commencerez à comprendre le rôle spécifique de la libellule dans votre existence.

De même que la lumière peut être détournée, courbée, déplacée et adaptée de différentes manières, les forces archétypales associées à la libellule peuvent en faire autant. Cet insecte compte parmi ceux qui sont les plus capables d'adaptation, raison pour laquelle il a pu survivre depuis si longtemps. Les libellules possèdent deux paires d'ailes mais, si nécessaire, elles peuvent voler en ne se servant que d'une paire. Elles gardent leurs yeux propres grâce à des « peignes » spéciaux sur leurs pattes et en les lavant avec des gouttes d'eau recueillies dans la bouche.

Leurs principaux prédateurs sont les batraciens (grenouilles, crapauds…) et les oiseaux. Ceux qui ont une libellule totem devraient particulièrement s'intéresser aux grenouilles. Vous trouverez des informations sur celles-ci dans le dernier dictionnaire de cet ouvrage.

Le monde des libellules est celui de la lumière. Elles ne sortent que le jour, d'autant qu'elles ont le sang froid. L'été est leur période de puissance, puisqu'elles ont besoin de la chaleur et de la lumière du soleil. Ceux qui ont la libellule pour totem ne devront pas négliger cet élément. Passer du temps dehors, au soleil, et près d'une source d'eau fraîche leur sera bénéfique pour rétablir ou modifier leur état de santé.

Si certaines ont des pigments de couleur dans leur peau, pour l'essentiel, les teintes de ces insectes sont produites pratiquement

de la même manière que se forme un arc-en-ciel. Les structures de leur enveloppe externe dispersent et réfractent la lumière, rendant l'insecte iridescent, avec des nuances de bleu et de vert. À mesure qu'elles vieillissent, elles peuvent passer par plusieurs coloris. Cette aptitude à refléter et à réfracter la lumière et la couleur a conduit à les associer à de nombreuses formes de magie et de mysticisme – y compris la magie des couleurs, l'illusionnisme (amenant les tiers à ne voir que ce que vous voulez), et bien d'autres. La magie de la libellule est le pouvoir de la lumière et de tout ce qui y a toujours été associé.

Les libellules et les demoiselles sont souvent peintes sur les estampes japonaises, où elles représentent une nouvelle lumière et une nouvelle joie. Pour certains Amérindiens, elles symbolisent les âmes des défunts. Des histoires parlent d'un temps où elles étaient de vrais dragons (le nom anglais des libellules, on l'a dit, est *dragonfly*, « mouche-dragon »). Nous pensons souvent que les dragons sont des bêtes gigantesques crachant le feu, mais les créatures fantastiques du royaume des fées se manifestent fréquemment sous des formes et des tailles diverses. Parce qu'elles sont mythiquement liées aux dragons, les libellules, ces « mouches-dragons », sont de merveilleux intermédiaires pour travailler avec les esprits de la Nature. Pour davantage d'informations sur eux, vous pouvez vous reporter à mon précédent ouvrage, *Enchantment of the Faerie Realm* [*Enchantement du monde des fées*, inédit en français].

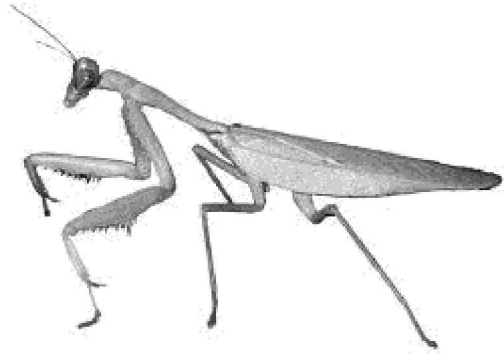
Les libellules et les demoiselles reflètent le soleil et la lumière et œuvrent en harmonie avec eux. La lumière change tout au long du jour. Ces deux espèces d'insectes connaissent leurs propres transformations. Si l'une ou l'autre apparaît dans votre vie, attendez-vous à des changements. Résistez-vous au changement quand vous ne le devriez pas ? Les libellules nous rappellent que nous sommes de la lumière et que nous pouvons la refléter de puissantes manières si nous choisissons de le faire. « Que la lumière soit » est l'incitation divine à utiliser l'imagination créatrice comme une force dans notre vie. Cela fait partie de ce que les libellules et les demoiselles nous enseignent.

La vie n'est jamais tout à fait ce qu'elle paraît, mais elle est toujours emplie de lumière et de couleur. La libellule peut nous aider à voir à travers le voile de nos illusions et à laisser la lumière resplendir. Ce bel insecte nous apporte la clarté de la transformation et le merveilleux d'une nouvelle vision colorée.

MANTE RELIGIEUSE

Points clés : Le pouvoir de la quiétude et de l'immobilité

La mante apparaît dans la mythologie et le folklore. En Chine, un art martial est articulé autour de ses activités. Le Kung Fu lui-même est fondé sur l'imitation des animaux et de certains aspects de la Nature. Et l'une de ses formes est précisément la mante religieuse.



Mais c'est dans la tradition africaine que l'on trouve les contes les plus importants évoquant cet insecte. Pour les Bochimans (*bushmen*) du Kalahari, en Afrique, Mante était un homme de leur peuple. De nombreux récits parlent de ce(tte) Mante et de ses aventures. Par bien des aspects, ces histoires sont très semblables à celles mettant en scène le coyote chez les Indiens des Plaines ou le corbeau chez les Indiens du nord-ouest de l'Amérique du Nord. Quand Mante se trouvait confronté à des difficultés, il battait en retraite et se cachait. Alors il allait dormir et rêver d'une solution à son problème.

Ce comportement illustre parfaitement le point clé de cet insecte, le « pouvoir de la quiétude ». En apprenant à calmer notre esprit extérieur et à nous intérioriser, nous pouvons remonter et manifester une plus grande puissance – physique, émotionnelle, mentale ou spirituelle. Cette quiétude peut se traduire par une simple contemplation, une méditation ou même un somme et des rêves. Les anciens mystiques parlaient de sept niveaux de silence que nous pouvions utiliser, le premier étant la simple contemplation et le dernier la mort. Entre ces deux extrêmes se trouvaient des dimensions capables de nous apporter un pouvoir formidable dans notre vie. Cela fait partie de l'enseignement de la mante religieuse. Elle nous apprend à apaiser l'extérieur pour que, lorsqu'il est temps d'agir (sous quelque forme que ce soit), cela puisse être accompli en toute sûreté, avec la plus grande précision et la plus grande puissance.

D'après le dictionnaire Random House de la langue anglaise (*Random House Dictionary of the English Language*), le mot « mante » vient d'un terme grec signifiant « prophète »[2]. Si nous apprenons la quiétude, nous pouvons nous ouvrir à la prophétie. Le Qi Gong est parfois enseigné en conjonction avec le Kung Fu traditionnel. Cette médecine méditative aide l'individu à entrer en soi et à orienter la force vitale de son corps dans des directions spécifiques, en la renforçant et en la stimulant à mesure qu'elle traverse les différents organes du corps. Tout cela a bien évidemment des applications en matière de guérison et de renforcement de l'être. Nous pouvons apprendre à utiliser la quiétude et l'immobilité à différents degrés – que ce soit pour la créativité ou la guérison – et cela fait partie, encore une fois, de ce que transmet la mante religieuse.

C'est cette aptitude à l'immobilité qui fait de la mante une grande chasseuse et qui lui permet de survivre. Elle attend totalement immobile, fondue dans son environnement. Puis, au moment opportun, elle attrape brusquement sa proie avec ses longues pattes antérieures qui se referment sur sa victime comme un canif.

Pour ceux dont la mante est le totem, certains questionnements

seront nécessaires. Laissez-vous des tiers connaître vos plans avant même qu'ils soient réellement tracés ? Faites-vous bien attention à ce que vous dites et à qui, ou non ? Êtes-vous impatient ? Avez-vous besoin d'aide pour méditer et apaiser votre esprit extérieur ? Laissez-vous échapper des opportunités de saisir des bienfaits de la vie parce que vous agissez ou parlez trop vite ? La mante religieuse pourra vous aider sur tous ces points.

PAPILLON

Points clés : Transmutation et danse de la joie.

Il est probable qu'aucun animal ou insecte ne représente mieux le processus de transformation et de métamorphose que le papillon. Ceux qui l'ont pour totem devront étudier très attentivement ce processus de métamorphose. Chez les papillons ordinaires, les phalènes et les papillons de nuit, il y a toujours quatre stades distincts de changement, comme cela a été souligné dans le précédent chapitre (au stade de la chrysalide, seuls les phalènes et les papillons de nuit tissent un cocon, mais pas les vrais papillons).

Quand le papillon se montre à vous, notez absolument tous les sujets importants auxquels vous êtes confrontés à ce moment-là. C'est probablement à cause d'eux que l'insecte est apparu. À quel stade de changement en êtes-vous au regard de ces sujets ? Pour le savoir, il vous faudra peut-être examiner et déterminer quelle doit être l'issue de cette affaire et comment y parvenir au mieux.

Le papillon est un puissant symbole dans les mythes et les religions. Dans le christianisme primitif, il était un symbole de l'âme. En Chine, il symbolisait la joie et la félicité conjugales. Dans la tradition hopi, les jeunes filles célibataires du clan du papillon coiffaient leurs cheveux en forme d'ailes de papillon. Dans la tradition amérindienne, des histoires racontent comment les papillons arrivaient quand ils étaient appelés par les enfants de la tribu des Nez-Percés.

Pour les Amérindiens, le papillon est aussi un symbole de changement, de joie et de couleur. Pour bien saisir sa signification, il sera très utile de s'intéresser à ses couleurs. Elles vous aideront à comprendre son rôle dans votre vie. Récemment, pour me préparer à un atelier sur les fées et les elfes en Floride, j'ai fait une méditation dans un centre nature voisin. Quand j'ai ouvert les yeux, j'étais entouré par une douzaine de papillons noir et jaune (*Zebra Heliconius charithonia*). Il y en avait même plusieurs sur mes genoux.

Ce fut très signifiant pour moi, pour plusieurs raisons. D'abord, le folklore fait état depuis très longtemps d'une relation entre les créatures du monde des fées et les papillons. Mais le noir et le jaune sont encore plus significatifs. Dans l'angélologie traditionnelle, ces couleurs sont associées à l'archange Uriel lorsqu'il se déguise pour surveiller les activités des esprits de la Nature. C'était une merveilleuse indication de l'énergie qui allait

m'accompagner pendant mon atelier.

Les papillons donnent l'impression de danser quand ils volettent avec légèreté de fleur en fleur. Ils nous invitent à ne pas prendre les choses trop sérieusement dans nos vies. Ils éveillent un sentiment de légèreté et de joie. Et ils nous rappellent que l'existence est une danse et que la danse, pour puissante qu'elle soit, est aussi un grand plaisir. Les papillons peuvent être une incitation à nous lever et à bouger, car si vous pouvez bouger, vous pouvez danser. La danse ramène la douceur dans la vie. Cette idée est particulièrement soulignée par le fait que les organes sensoriels du goût des papillons (en particulier des femelles) se trouvent sur leurs pattes avant. Ainsi, ils goûtent les fleurs en marchant dessus.

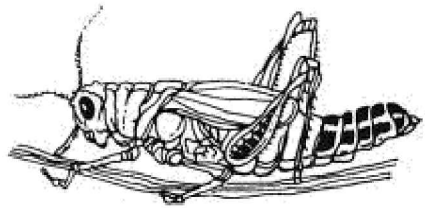
Les papillons apportent couleur et joie. Quand ils entrent dans votre vie, demandez-vous dans quelle mesure vous laissez place à la joie dans votre quotidien. Beaucoup ? Peu ? Détendez-vous. Pensez à changer de rythme. N'oubliez pas que tous les changements sont bons. La médecine du papillon nous rappelle de ne pas hésiter à changer chaque fois que l'occasion se présente. La transformation est inévitable, mais le papillon nous montrera comment faire en sorte que la croissance et la métamorphose ne soient pas traumatisantes. Il vous apprendra que celles-ci peuvent être aussi douces, délicates et joyeuses qu'on le souhaite.

SAUTERELLE

Points clés : Incroyable capacité à bondir

Si les anciens Hébreux voyaient les sauterelles comme un fléau – y compris sur le plan symbolique –, dans d'autres sociétés humaines, elles étaient honorées et respectées. En Chine, sauterelles et grillons étaient des symboles de bonne santé, de chance, d'abondance et de vertu. Certains pensaient que les parents allaient renaître à la vie sous la forme de sauterelles ou de grillons, et ils construisaient de petites cages pour ceux qu'ils allaient trouver. Même pour les anciens Grecs, la sauterelle était

un symbole de noblesse.



Comme son nom l'indique (et il en va de même en anglais où *grasshopper* signifie littéralement « sauteuse d[ans l]'herbe »), la sauterelle se déplace en bondissant et en sautant. C'est aussi comme cela qu'elle s'échappe. Les sauterelles ont une formidable aptitude au saut. Elles peuvent bondir à l'horizontale jusqu'à vingt fois la longueur de leur corps. Pour ceux qui l'ont pour totem, il est important de « décoller leur arrière-train » et de bouger. « Courez » votre chance ! Faites un bond en avant !

Les pattes arrière de la sauterelle diffèrent de ses autres pattes et de celles des autres insectes. Elles sont extrêmement longues et larges, et elles ont des muscles délicats. Ceux qui ont ce totem considéreront généralement que les choses n'évoluent pas pour eux comme pour les autres. La progression ne se fait normalement pas pas à pas. Au lieu de cela, les autres paraissent avancer quand vous, vous restez tranquillement assis. Ne soyez pas découragé. Quand la sauterelle se présente, c'est qu'un bond en avant est sur le point de se produire – un bond qui vous projettera probablement devant tout le monde.

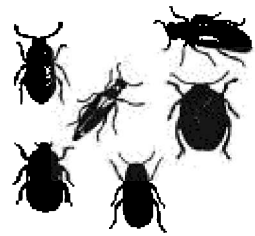
Les sauterelles ont un instinct sûr pour trouver les faces ensoleillées des buttes ou de tout autre lieu afin d'être toujours exposées au soleil. Elles ont le don pour toujours être dans la chaleur et la lumière et savoir quand sauter. Faites confiance à vos instincts et à vos rythmes propres si vous les avez comme totems. Ce qui fonctionne pour les autres ne fonctionnera pas nécessairement pour vous (et à l'inverse, rappelez-vous que ce qui fonctionne pour vous ne fonctionnera probablement pas pour

qui que ce soit d'autre).

Écoutez votre petite voix intérieure pour savoir quand effectuer vos déplacements dans n'importe quel secteur de votre vie. Un organe tympanique est situé sur les pattes avant des sauterelles. Lorsqu'elles respirent, cet organe est activé. En bougeant les pattes dans différentes directions, elles sont capables de localiser une source sonore. Cette connexion entre la perception des sons et les pattes est éminemment significative. *Faites confiance à votre voix intérieure.*

Ceux qui ont des totems sauterelles ont une incroyable aptitude à « sauter » dans des aventures potentiellement risquées mais qui se révèlent fructueuses. Cela devient encore plus vrai quand ils écoutent cette petite voix intérieure et qu'ils suivent leurs instincts. Parfois, les sauterelles peuvent se montrer si nous n'écoutons pas ou si nous avons peur de faire le grand saut. Souvent, de telles peurs viennent simplement du fait que « personne ne l'a jamais fait de cette manière ». Les individus « sauterelle » doivent apprendre à faire de nouveaux sauts. La vie ne devient difficile que lorsqu'ils refusent de bouger. Dans de tels moments, ils peuvent avoir l'impression d'être confrontés à un « fléau ». Mais rappelez-vous qu'une sauterelle bondit toujours en avant et seulement en avant. Elle ne recule jamais.

SCARABÉE (COLÉOPTÈRE)



Points clés : Résurrection

Les scarabées constituent la famille d'insectes la plus variée. Il

y aurait au moins 280 000 espèces de scarabées (à comparer au nombre d'animaux vertébrés – comprenant les poissons, les reptiles, les amphibiens, les oiseaux et les mammifères –, qui doit avoisiner les 44 000[3]).

En Égypte, le scarabée – plus spécifiquement l'espèce appelée scarabée, ou bousier sacré – avait une très grande signification. On disait que le scarabée/bousier formait une boule (pelote) en roulant de la bouse de vache et d'est en ouest. Il pond ses œufs à l'intérieur de cette pelote avant de l'enterrer. Au bout d'un mois, le scarabée creuse pour la remonter à la lumière et la pousser vers l'eau. Les petits scarabées émergent alors. Du fait du roulement de la pelote d'est en ouest, le scarabée a été associé au soleil et à son mouvement dans le ciel. C'est ainsi qu'il est devenu un symbole de divinités solaires et de nouvelle vie.

Comme de nombreux insectes, le scarabée passe par une formidable métamorphose, depuis le stade de la larve jusqu'à la créature ailée. De ce fait, il est associé à la résurrection et à la transformation. À son stade ailé, il possède deux paires d'ailes en quelque sorte. La paire d'ailes antérieures, appelées élytres, est durcie pour former une couverture rigide qui se replie et protège les ailes postérieures souples et fragiles. Si vous avez un scarabée totem, cela peut signaler votre besoin d'être plus protecteur, ou que vous êtes trop fermé ou renfermé.

Si le scarabée s'est présenté dans votre vie, examinez votre possible besoin de métamorphose. Êtes-vous déjà engagé dans ce processus ? Si oui, à quel stade en êtes-vous ? Avez-vous besoin de changement ? D'un nouveau soleil dans votre vie ? Est-ce le moment de ressusciter certains aspects de votre existence ? Est-il temps de laisser le passé derrière vous ? Le scarabée peut vous montrer comment y parvenir avec la plus grande réussite à la clé.

CHAPITRE 16

LA MAGIE DU MONDE DES REPTILES

Les reptiles sont l'une des plus anciennes formes de vie sur terre. Ils sont aussi celle qui a la plus grande faculté d'adaptation, ce qui leur a permis de survivre au cours de millions d'années d'évolution. Il existe plus de 6 000 espèces de reptiles tout autour du globe, vivant dans tous les types d'environnement, sauf le grand froid. Quatre groupes principaux ont survécu depuis l'époque des dinosaures :

— les serpents et les lézards ;

— les crocodiles et les alligators ;

— les tortues – terrestres, aquatiques et marines ;

— les sphénodons (*tuatara*) de Nouvelle-Zélande.

Les tortues et les crocodiles ont même survécu à l'extinction brutale des dinosaures. Ils sont demeurés relativement inchangés depuis cette époque. Pour cette raison, ils font l'objet de quantité

de mythes et de contes dans toutes les parties du monde.

Les reptiles ont des caractéristiques de base qui les distinguent des autres formes de vie animale. Ils ont avant tout le sang froid. Leur température corporelle change avec celle de l'air et de leur environnement. Alors qu'une sorte de thermostat interne permet aux mammifères de maintenir leur chaleur corporelle stable, le reptile doit chercher un environnement pour survivre. C'est pourquoi on voit souvent des serpents ou des lézards se prélasser – « lézarder » – au soleil. Ils ont besoin de cette chaleur pour survivre. Ils utilisent en effet cette source extérieure pour élever ou abaisser leur température interne.

Pour ceux qui ont un reptile totem, c'est très symbolique. Cela traduit une grande sensibilité aux environnements auxquels ils sont exposés. Les individus ayant des reptiles totems importants ont souvent des sautes d'humeur spectaculaires en fonction de l'environnement dans lequel ils se trouvent. Ils adoptent fréquemment la tonalité et la température de cet environnement. S'ils se trouvent dans un groupe qui fait la fête frénétiquement, ils se fondront aisément dans le mouvement. Et s'ils sont dans un groupe studieux, là encore, ils en feront autant. Si le groupe est aimant et joyeux, ils manifesteront des caractéristiques similaires.

Les parents d'enfants ayant des reptiles pour totems devraient veiller à ce que ces derniers s'entourent bien et participent à des activités bénéfiques pour eux. Apprendre à faire face à la pression du groupe d'une manière positive sera une des leçons de tous ceux qui ont un reptile pour totem. Les reptiles nous enseignent à bien sélectionner ce à quoi nous nous exposons.

Cela est encore accentué par le fait que les reptiles ont une peau couverte de dures écailles. Encore une caractéristique qui distingue les reptiles du reste de la vie animale. Ces écailles résistantes sont des protections et, dans le cas de certains reptiles, elles facilitent même leurs mouvements. Ainsi, cela peut inviter ceux qui ont des reptiles pour totems à ne pas oublier de toujours exposer leur côté dur vers l'extérieur. Pour de nombreuses personnes, il peut s'agir d'une leçon difficile à intégrer. On nous éduque souvent en nous invitant à nous montrer

ouverts et amicaux envers nos prochains. Malheureusement, certains individus en tirent avantage.

Certaines personnes « reptiliennes » seront réfractaires à l'idée de montrer un côté dur. Pourtant, si elles examinent plus attentivement une peau squameuse, elles se rendront compte qu'elle apparaît généralement lisse et même brillante dans certains cas, comme chez les serpents. Je m'efforce toujours de rappeler à ces personnes qu'il peut y avoir de la force et même de la gentillesse chez elles. Trouver l'équilibre peut être difficile, mais c'est une des leçons du reptile totem. Savoir être dur ne revient en rien à se présenter ou se comporter en mauvais garçon. C'est également ce que les reptiles totems ont à enseigner. Vous pouvez être aussi fort et protecteur que nécessaire, mais demeurer « brillant » dans les yeux de ceux avec qui vous vous montrez dur.

Les reptiles respirent et la plupart d'entre eux ont au moins un poumon complet. La très grande majorité des reptiles pond (d'autres les conservent en réalité dans leur corps et donnent naissance à un petit déjà formé). Le symbolisme de l'œuf en général a été traité dans la partie de ce livre sur les oiseaux et la plupart des éléments évoqués s'appliquent aussi ici. Toutefois, les œufs de reptiles diffèrent de ceux des oiseaux en ce qu'ils ont presque toujours une coquille solide. Après avoir pondu, de nombreux reptiles enterrent leur œuf et l'abandonnent, ce pourquoi la coquille se doit d'être résistante. Seuls quelques reptiles veillent sur leurs œufs et leur progéniture, le crocodile en étant le plus parfait exemple. Quand les œufs éclosent, la plupart des jeunes reptiles doivent survivre par eux-mêmes.

Les jeunes enfants ayant un totem reptilien apprennent souvent tôt à s'occuper d'eux-mêmes. Ils doivent développer leur autonomie et leur indépendance. Certains enfants ayant un semblable totem viennent au monde avec un tempérament et une volonté forts. D'autres doivent les développer pour réussir. La plupart des gens ayant un reptile totem peuvent constater que leurs premières années ont été les plus difficiles, celles qui leur auront enseigné les leçons les plus dures.

Certains individus n'acquerront un totem reptilien qu'en grandissant ou à l'occasion d'un changement spécifique dans leur existence. De tels changements peuvent être spectaculaires – une sorte de processus de mort/renaissance – ou être une affirmation plus douce de nouvelles opportunités. Quand un reptile entre dans votre vie, guettez toutes les occasions de vous affirmer et de développer votre indépendance à quelque niveau que ce soit. C'est alors que votre autonomie pour commencer à se manifester.

Le régime alimentaire des reptiles varie. Ils mangent de tout, des plantes comme de grands animaux. Cela dépend du reptile. Les couleuvres se nourrissent de vers de terre, mais les *pantherophis* mangent des souris et des rats (d'où leur nom anglais, *black rat snake*, « serpent de rat noir »). Certains lézards ne se nourrissent que de plantes et/ou d'insectes. Quant aux tortues, elles sont omnivores : elles se sustentent tant de plantes que d'animaux. Ainsi est-il possible que les individus ayant un reptile totem en position éminente dans leur vie constatent que certaines restrictions alimentaires ne fonctionnent pas chez eux.

Comme avec n'importe quel totem, étudier leur source principale d'alimentation ou leurs proies peut fournir des indications. Si c'est un animal ou un insecte, renseignez-vous à son propos. Si c'est une plante, étudiez-la aussi. Rappelez-vous que chaque plante a certaines caractéristiques qui peuvent vous être utiles. L'une des plus anciennes formes de divination passait par les interprétations symboliques des arbres et des fleurs.

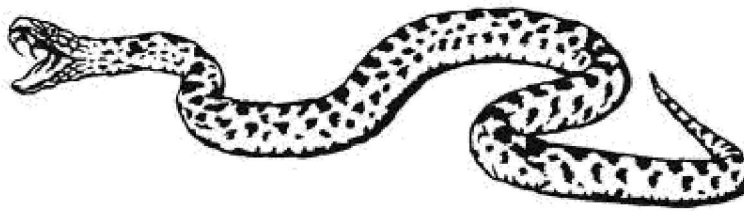
Au regard de l'objet de ce livre, j'intègre les amphibiens dans la partie sur les reptiles. Comme vous le verrez, ils diffèrent quelque peu des reptiles. Néanmoins, nombre de personnes pensent que des créatures comme les grenouilles, les crapauds et les salamandres appartiennent à la famille des reptiles. Ce n'est pas le cas. Ils peuvent avoir des qualités similaires d'adaptation, mais sont aussi différents des reptiles que les araignées peuvent l'être des insectes. Quoi qu'il en soit, l'herpétologie est une science qui associe souvent l'étude des reptiles et celle des amphibiens.

Ces deniers mènent une double vie, ce qui est très significatif.

Tous ceux qui ont un amphibien pour totem devraient méditer cet aspect. Le mot « amphibien » lui-même traduit explicitement cette idée : il vient de deux mots grecs, *amphi* qui signifie « double » et *bios*, la « vie ». Les amphibiens partagent leur vie entre la terre et l'eau. Et généralement, c'est la seconde moitié de leur existence qu'ils passent au moins partiellement sur la terre.

D'un point de vue symbolique, cela reflète une bonne part de ce qui a toujours été transmis par la tradition sur le pouvoir des amphibiens. Ils sont souvent les gardiens des rêves (élément aquatique). Leur capacité à vivre dans l'eau et sur terre peut ainsi indiquer que l'aptitude au rêve lucide (un état de conscience à la fois dans l'éveil et le sommeil) sera activée. On pense également souvent que de nombreux amphibiens sont les gardiens de la connaissance de la projection astrale. À un niveau plus psychologique, ils peuvent aussi refléter un besoin d'apprendre à utiliser les énergies émotionnelles (eau) de manière constructive (terre).

Les amphibiens les plus communément reconnus sont les grenouilles, les crapauds et les salamandres. La plupart des gens pensent que ces dernières sont plus étroitement liées aux lézards et aux reptiles qu'aux amphibiens, mais ce n'est pas le cas. En dépit de son apparence, une vraie salamandre est proche de la grenouille. Elle demeure dans des zones humides et possède un manteau visqueux que les lézards n'ont pas. Une salamandre ne pourrait jamais survivre à la chaleur ou sous le feu du soleil comme un lézard ordinaire.



Donc comment distingue-t-on un amphibien d'un reptile ? Un amphibien est un animal vertébré, mais il n'a ni plumes, ni

fourrure, ni écailles. À un certain stade, il aura généralement des doigts, mais pas de griffes. Les amphibiens ont le sang froid comme les reptiles et dépendent de leur environnement pour trouver une source de chaleur. Leur température fluctue en fonction de cet environnement. Ceux qui ont des amphibiens comme totems seront pareillement sensibles à leur milieu de vie.

Comme certains reptiles, les amphibiens muent quand ils grandissent et se sentent trop à l'étroit dans leur ancienne peau. Ils mangent souvent cette dernière. Cette mue est très symbolique de la transformation, de la résurrection et de la renaissance. Tout totem sujet à mue vous indique généralement que le même type d'énergie de régénération se manifestera dans votre propre vie.

Les amphibiens ne boivent pas d'eau mais l'absorbent directement par la peau. Les individus soumis à une forte énergie amphibienne dans leur vie auront besoin de rester à proximité de l'eau. Il n'est pas rare de les voir passer beaucoup de temps dans leur baignoire ou sous la douche. Se trouver à proximité de sources d'eau naturelles sera essentiel pour leur santé et leur bien-être en général.

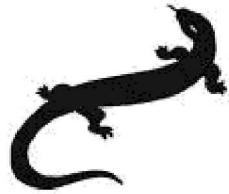
Les amphibiens sont d'ordinaire sujets à métamorphoses sous une forme ou une autre. C'est tout à fait évident avec les grenouilles qui passent du stade de l'œuf à celui du têtard avant de devenir véritablement grenouilles. La plupart de ceux qui ont un totem amphibien peuvent identifier des périodes spécifiques de leur vie où des transitions majeures se sont produites ou ont été activées. Ce sont des étapes très définissables. Si un totem amphibien se manifeste dans votre existence, vous devrez sans doute vous demander à quel stade de développement ou de métamorphose vous vous trouvez à cet instant précis.

Comme les reptiles, les amphibiens pondent. Les grenouilles et les crapauds les fertilisent à l'extérieur de leur corps alors que les salamandres ont une fertilisation interne. Chez la plupart des amphibiens, la préparation à la reproduction commence l'automne précédant le processus réel qui intervient au printemps. De ce fait, ces deux périodes de l'année peuvent être les plus puissantes pour les individus à totems amphibiens. Elles peuvent être les

meilleurs moments pour lancer de nouvelles idées ou de nouveaux projets.

Une étude des nourritures que consomme votre totem amphibien fournira vous aussi bon nombre d'éléments. Quantité d'amphibiens mangent des insectes, surtout au stade adulte. Comme pour n'importe quel totem, étudiez leurs caractéristiques particulières et leurs schémas comportementaux. Cela vous fournira beaucoup d'indications sur les schèmes énergétiques susceptibles de se manifester dans votre vie, ou s'y manifestant déjà. Du fait de leur aspect « double vie », les amphibiens vous aideront tant lorsque vous dormirez que lorsque vous serez éveillé.

CHAPITRE 17



DICTIONNAIRE DES REPTILES TOTEMS

Une nouvelle fois, le dictionnaire qui suit n'est ni développé ni complet. Il existe trop de variétés de reptiles pour fournir une explication complète de toutes. Plusieurs volumes seraient probablement nécessaires pour leur rendre totalement justice. Ceux que j'évoque ici sont communs et sont ceux auxquels on continue d'associer bon nombre de mythes et d'enseignements. Cette liste intègre les amphibiens, qui ne sont pas des reptiles.

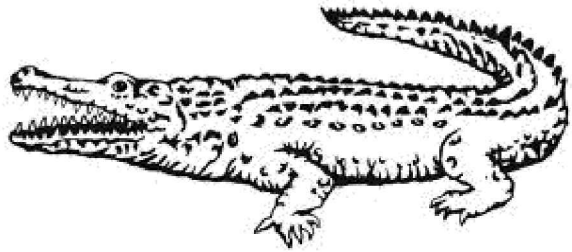
Comme pour tous les autres animaux, des traditions relatives à ceux de cette section proviennent de toutes les parties du monde. De nouveau, si vous avez pour totem un reptile ou un amphibien, cela peut refléter d'éventuelles connexions de vies passées avec les secteurs géographiques dont ces traditions sont issues. Une étude de ces mythes et traditions vous aidera à comprendre

comment votre totem a pu être considéré et perçu par les peuples au cours du temps.

Étudiez les reptiles et les amphibiens en général. La plupart partagent des caractéristiques communes, dont je n'ai pu évoquer que quelques-unes dans le précédent chapitre. Puis étudiez chacun d'eux individuellement. Tous ont aussi leurs caractéristiques particulières.

Ensuite, essayez de les appliquer à votre propre vie. Que faisiez-vous ou pensiez-vous lorsque vous avez rencontré ce totem pour la première fois ? Se montre-t-il fréquemment ou est-ce de nouveau ? Qu'est-ce qui a pu se passer dans votre vie au cours des 72 heures précédentes, susceptible d'avoir invité son essence et son énergie dans votre existence ? Comme pour les insectes, je n'ai pas inclus de cycle de puissance pour ces totems. La plupart des reptiles et des amphibiens ont leurs propres calendriers et rythmes temporels, fondés sur leurs schèmes et vitesses de croissance. Déterminer cela par vous-même sera un excellent moyen de les honorer et de vous harmoniser plus efficacement avec eux.

ALLIGATOR ET CROCODILE



Points clés : Énergies primordiales de la naissance, maternité et initiation

Les alligators et les crocodiles ont été l'objet d'une symbologie et d'une imagerie très variées au cours du temps. Pour les anciens Égyptiens, ils étaient associés à la fureur et à la férocité –

les mêmes caractéristiques souvent données dans les mythologies aux forces créatrices féminines débridées. Le pouvoir malfaisant et destructeur était fréquemment symbolisé sous la forme d'une mère avalant ses enfants. L'idée qui sous-tend cette mythologie était qu'il ne pouvait y avoir de vie sans mort ni de mort sans vie.

Tous les alligators et les crocodiles vivent dans l'eau et sur terre. L'eau a toujours été associée à la grande mère, le principe féminin de la vie et donc de la naissance. Mais elle peut aussi vous engloutir. Création, destruction, et encore création. C'est l'essence primordiale qui se reflète dans ces reptiles.

La naissance et la mort sous toutes leurs formes sont des initiations, des événements qui marquent la fin d'une période, d'un cycle, et le commencement d'un autre. À un certain niveau, cela indique le point culminant d'une connaissance et la quête d'une nouvelle connaissance à un autre niveau. Tout cela aussi est reflété dans l'essence des alligators et des crocodiles.

Ils sillonnent les eaux et les rivages les séparant de la terre – la naissance de la mort, etc. En ce sens, ces sauriens peuvent être vus comme les gardiens et les protecteurs de toute connaissance. Ils sont les « mères » primordiales dans lesquelles toute connaissance repose et attend de renaître.

Cela devient encore plus significatif quand nous découvrons que les alligators et crocodiles femelles sont d'excellentes mères, ce qui est inhabituel chez les reptiles. Ces deux espèces pondent entre vingt et trente œufs, et quand les petits se sont assez développés dans leur coquille pour commencer à couiner, la mère leur répond et aide à l'éclosion. Elle les prend alors doucement dans sa bouche et les descend un à un vers la rivière.

À côté des énergies maternelles attribuées à ces sauriens, ils ont été représentés de différentes manières dans les mythologies. Dans la tradition hindoue, Varuna, le dieu des eaux, chevauche un crocodile. En raison de son association avec la vase, il a également été souvent utilisé en Égypte pour symboliser la fertilité et le pouvoir – la vase étant un mélange d'eau et de terre permettant à une nouvelle vie de croître.

Dans l'Europe médiévale et même auparavant, du fait de leur aspect (un long corps et une longue queue), ces reptiles amphibies ont été rapprochés du dragon. Parfois, ils endossaient les aspects les plus négatifs de celui-ci, et parfois les plus positifs. Le dragon était couramment un gardien de trésors, qui symbolisait souvent une sagesse cachée. Comme les alligators et les crocodiles semblaient se cacher dans l'eau tout en gardant celles-ci, on leur attribuait le même rôle que les dragons mythiques : garder des sagesses et des trésors mystiques. Rencontrer un alligator ou un crocodile signalait une opportunité de commencer à déployer et à développer une nouvelle sagesse – une sagesse qui pouvait vous « engloutir » si elle n'était pas utilisée soigneusement.

Alligators et crocodiles sont des animaux différents, même s'ils sont de proches parents. L'une de leurs principales différences réside dans les dents de la mâchoire inférieure qui pointent vers le haut et sont apparentes gueule fermée chez le crocodile, ce qui ce n'est pas le cas chez l'alligator. En outre, celui-ci se construit un nid fait de vase et de végétation, tandis que le crocodile se creuse un trou dans le sable.

En revanche, les uns comme les autres ont les yeux implantés haut sur la tête. Bien évidemment, cette configuration répond à une fonction très pratique : elle leur permet de rester relativement cachés quand ils sont immergés, tout en continuant à guetter des proies. À un niveau plus symbolique, cette implantation haute évoque voyance et vision supérieure.

S'ils sont souvent considérés comme des créatures silencieuses, ils sont capables de vocalisations. Ils poussent des cris aigus, des vagissements quand ils sont menacés. Et pendant la saison de l'accouplement, ils sont connus pour rugir.

Les alligators endossent une fonction merveilleuse en matière de préservation des autres espèces animales aquatiques. Ils creusent leurs fameux « trous d'alligators » – des petites mares d'eau fraîche. Ces dépressions conservent les dernières réserves d'eau d'un secteur et créent une sorte de mini-oasis permettant à l'alligator et à toute une vie animale de survivre dedans.

L'alligator a une croissance beaucoup plus rapide que le crocodile. L'adulte peut atteindre une taille d'environ quatre mètres. Il grandit d'une trentaine de centimètres par an. Sous des climats plus frais, la croissance est moins rapide. L'alligator vit rarement au-delà d'une soixantaine d'années. Ceux qui l'ont pour totem verront sans doute se présenter une opportunité d'initiation, et l'accumulation et l'utilisation d'une nouvelle connaissance interviendra sans doute plus rapidement chez eux qu'avec un crocodile totem, mais elle pourra aussi être plus dangereuse si elle n'est pas équilibrée. Un alligator digère sa nourriture très lentement, ce qui reflète l'idée de ne pas aller trop vite trop tôt. Digérez ce dont vous avez fait l'expérience et apprenez avant de passer à l'expérience suivante.

Le crocodile a aussi ses propres caractéristiques. Il est célèbre pour ses « larmes », une expression qui dénote une idée de fausse sympathie et de tristesse feinte. Un crocodile verse bien des larmes, mais ce n'est pas pour une raison de peine ou de douleur. C'est pour se débarrasser du sel. Pour ceux qui l'ont pour totem, le soin des yeux sera une chose importante. S'il s'est présenté à vous comme totem, posez-vous quelques questions essentielles : Refusez-vous de montrer vos émotions quand vous le devriez ? Manifestez-vous des émotions qui ne sont pas vraies ? Ne vous laissez pas aveugler par vos émotions.

Un crocodile garde aussi la gueule ouverte pour se rafraîchir. Le yoga enseigne différentes techniques de respiration pour affecter différents organismes du corps et le flux d'énergie. Il existe des respirations propres à « rafraîchir ». Étudier et pratiquer celles-ci sera bénéfique pour ceux qui ont un crocodile totem – surtout quand des situations émotionnelles commencent à être « chaudes » autour de vous.

Si un alligator ou un crocodile se montre, guettez une opportunité de toucher à des énergies très primales. Car une sérieuse opportunité de naissance et/ou d'initiation se présentera, susceptible d'ouvrir une nouvelle connaissance et une nouvelle sagesse dans certains secteurs de votre vie.

CAMÉLÉON

Points clés : Clairvoyance et sensibilité aurique

Ce qui est appelé caméléon aux États-Unis n'est généralement pas un vrai caméléon. Dans mon enfance, je me rappelle être allé dans un cirque où on en vendait. Mais aux États-Unis, ce que la plupart des gens appellent caméléon est en réalité un anole (*anolis*), c'est-à-dire une sorte de lézard.

Le caméléon a réellement un troisième œil, situé à l'arrière de la tête, qui s'intègre parfaitement à son corps. Il ne « voit » pas au sens des deux autres yeux, mais est capable de distinguer la lumière et l'obscurité. Pour ceux qui l'ont comme totem, une nouvelle conscience de leur aptitude psychique et de leur intuition va se réveiller. Elle s'accompagnera d'une plus grande capacité à identifier quand elles fonctionnent ou pas.

Un caméléon ne se fond pas vraiment dans son environnement. Il est déjà de la couleur de son habitat ordinaire. Il change de teinte en fonction de la température, de l'humidité, et même de ses émotions. Quand il se sent frustré ou furieux, il devient brun. Quand il est heureux et/ou satisfait, il adopte une couleur vert vif. Cela traduit une sensibilité à l'environnement.

Ceux qui l'ont pour totem verront s'accroître leur propre sensibilité à l'environnement et aux autres personnes. Nos champs auriques sont en partie une combinaison de vibrations électromagnétiques. Constamment, nous libérons ou absorbons des énergies (électriques pour celles qui sont libérées et magnétiques pour celles qui sont absorbées), mais la plupart du temps, nous n'en avons même pas conscience. Chaque fois que nous entrons en contact avec une autre personne, il y a échange d'énergies. Nous en donnons et elle nous en donne.

Ceux qui ont un caméléon totem prendront conscience et reconnaîtront cet échange beaucoup plus distinctement que par le passé. Faites confiance à ce que vous sentez et ressentez. Les changements seront importants pour votre santé et votre bien-être. Apprendre à lire et à interpréter votre aura vous sera très bénéfique.

GRENOUILLE

Points clés : Transformation par l'eau et le son

La grenouille est l'amphibien le plus reconnaissable. Bien qu'elle soit souvent confondue avec le crapaud, il y a pourtant une nette différence entre ces deux animaux. Les grenouilles sont liées à l'eau, alors que les crapauds adultes restent toujours sur la terre sèche. Les grenouilles ont une surface lisse tandis que les crapauds ont une peau pustuleuse. Ces derniers – et pas les grenouilles – ont aussi des glandes (parotoïdes) sur le côté de la tête, qui produisent un épais mucus venimeux.

Une mythologie ancienne tourne autour des grenouilles. S'agissant d'amphibiens liés à l'eau comme à la terre, elles sont souvent associées à la magie de ces deux éléments. Mais cela les relie aussi à la tradition des fées et des elfes. De nombreuses sociétés chamaniques – particulièrement en Amérique du Nord et du Sud – rattachent la grenouille à la pluie et au contrôle du climat. On dit que sa vocalise appelle la pluie.

En raison de sa connexion avec l'eau, elle est en outre liée aux énergies lunaires (la lune influence les marées sur la planète) et aux divinités associées à la lune. La grenouille était un attribut des déesses égyptiennes Heqet ou Nephtys, qui assistèrent Isis pour l'exécution du rituel de résurrection d'Osiris.

Les grenouilles étaient réputées annoncer la fertilité et l'abondance, en particulier parce qu'au stade de têtard, elles ressemblent au spermatozoïde humain. Cette réputation est aussi due au fait qu'après la pluie, un grand nombre de grenouilles monte sur la terre ferme pour se nourrir d'insectes et de vers qui

sont sortis de la terre détrempée. Elles sont encore associées à la pluie parce que celle-ci fait pousser et croître les choses.

Même adulte, la grenouille demeure semi-aquatique, à la différence du crapaud. Elle vit dans des zones humides et a besoin de l'eau et de tout ce qui y est associé d'une quelconque manière, symbolique ou non. Si une grenouille a sauté dans votre vie, vous risquez d'avoir besoin de rester en contact avec l'élément eau. Cela peut vouloir dire que de nouvelles pluies arrivent ou qu'il vous faut en appeler pour qu'elles arrivent. Peut-être que les anciennes eaux sont sales et stagnent. La grenouille peut vous apprendre comment les nettoyer.

Les émotions sont souvent associées elles aussi à l'eau. Les individus avec des grenouilles totems sont très sensibles aux états émotionnels des tiers. Ils semblent savoir exactement comment agir et que dire en fonction de ce que ces derniers ressentent. Ils sont sincèrement empathiques.

La grenouille détient la connaissance du climat et de son contrôle. La médecine de ce batracien peut amener la pluie à des fins diverses – pour nettoyer, guérir, aider à la croissance, arroser… Ses énergies peuvent être utilisées pour faire venir de légères averses ou ondées susceptibles de suffire dans la plupart des cas.

Le cri de la grenouille est celui des eaux. C'est au printemps et en été que sa voix est la plus forte. Ce sont ses temps de pouvoir. Son coassement sert une grande variété de fonctions. Elle coasse pour appeler des partenaires afin de s'accoupler. Son cri sert aussi à laisser partir les femelles non réceptives. Il permet encore de définir un territoire et de signaler l'approche de prédateurs.

La grenouille est un totem de métamorphose. C'est un symbole de l'accession au pouvoir créatif et de l'immersion dans celui-ci. Elle se transforme de l'œuf au têtard puis à la grenouille elle-même. Même quand elle a atteint le stade adulte, elle continue de vivre à proximité immédiate de l'eau et passe beaucoup de temps dedans. Elle est toujours en contact avec la force créatrice d'où elle vient. Généralement, les individus « grenouille » conservent des liens forts avec leur mère.

Cette connexion à l'eau sert aussi d'aide-mémoire à ceux qui l'ont pour totem. Devenez-vous trop terre à terre ? Vous embourbez-vous dans la vase de votre vie quotidienne ? Avez-vous besoin de replonger dans des eaux créatrices fraîches ? Et ceux votre entourage en a-t-il besoin ? Vous sentez-vous inondé par vos émotions, enlisé ou noyé dans celles-ci ?

Les grenouilles sont puissamment réglées sur les sons. Dans chaque canal auditif, il y a une membrane ronde, un organe tympanique qui leur permet de reconnaître certains sons, de les localiser précisément et d'y répondre. Cette sensibilité aux sons devrait être développée par les personnes « grenouille ». Leurs goûts en musique n'iront probablement pas vers ceux du grand public, mais ils apprendront à utiliser leur voix pour faire vibrer les émotions, pour appeler la pluie ou modifier les conditions climatiques de leur vie.

LÉZARD

Points clés : Subtilité de perception

Le lézard est un animal d'une grande subtilité. Ses mouvements sont rapides. Il a quatre pattes et peut courir à grande vitesse. Certains lézards peuvent vivre dans la maison et contribuer à réguler les populations d'insectes. Le lézard de l'espèce gecko est un des rares reptiles ayant une voix (c'est d'ailleurs son cri qui est à l'origine de son nom), et c'est un aspect sur lequel les personnes dont il est le totem pourront méditer. Le dragon de Komodo indonésien est un varan et le plus grand de tous les lézards. Si possible, essayez d'identifier le type précis de lézard qui serait votre totem, et étudiez-le en particulier.

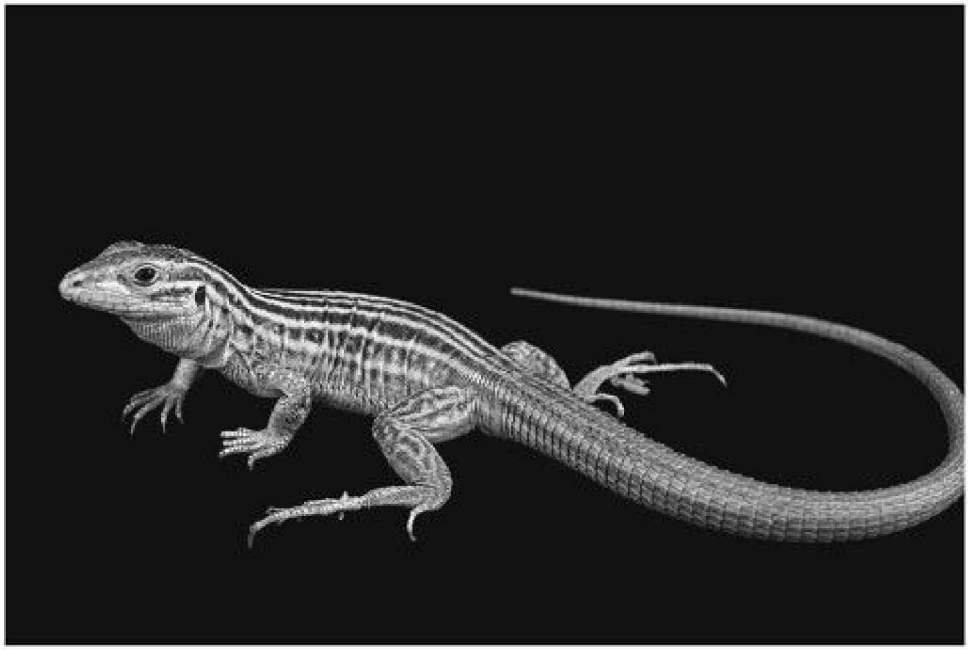
La plupart des lézards ont de longues queues qui les aident à maintenir leur équilibre et leur sert même à l'occasion de mécanisme de défense, comme vous l'apprendrez plus loin. La plupart ont aussi un dos à crête, une collerette sous la gorge ou des piquants. Ceux-ci leur servent de protection, mais ils sont aussi très symboliques. Certains ont donc une collerette autour du cou, cette zone passerelle entre le haut et le bas. Les lézards qui

en ont une vous apprendront donc comment relier le subconscient et le conscient – rêver en étant éveillé. Ils peuvent stimuler le rêve lucide.

Ceux qui ont des piquants et une crête sur la colonne vertébrale reflètent généralement que les sensibilités des chakras sont exaltées ou sur le point de l'être. Êtes-vous trop sensible ou pas assez ? Êtes-vous trop sélectif ou négligez-vous l'essentiel et l'évident ? Ils peuvent aussi indiquer que votre Kundalini, votre force vitale, est active et circule puissamment dans votre corps en amplifiant vos sensibilités – physiques, émotionnelles, mentales, psychiques et spirituelles.

Un lézard a le pouvoir de détecter les plus subtils mouvements d'insectes. Il peut demeurer parfaitement immobile – ou presque – pour duper sa proie ou se protéger d'un prédateur. Il indique que votre intuition et vos perceptions psychiques sont soit déjà actives, soit sur le point d'être activées plus fortement. Prêtez-y attention.

Un certain nombre de caractéristiques distingue le lézard des autres reptiles. Eux aussi ont une peau sèche et, comme beaucoup d'autres, ils ont des griffes. Ils sont aussi sensibles aux vibrations du sol qu'ils sentent avec leurs pieds, queue et corps. Leurs yeux sont perçants. Ils peuvent repérer le plus infime mouvement. Ils ont aussi une ouïe très fine.



Le lézard

Le lézard est l'expert en matière de perception subtile. Il peut sentir les vibrations dans le sol. Ses yeux sont capables de détecter les plus infimes mouvements et il a une ouïe extrêmement fine. Tous ces éléments sont symboliques de formes spécifiques de voyance pratiquées par de nombreuses sociétés humaines.

Toutes ces caractéristiques lui confèrent un symbolisme relatif au psychique et à l'intuitif. La faculté de détecter les mouvements subtils – physiques et éthériques, en phase de sommeil ou de veille – fait partie de ce que la médecine du lézard peut vous enseigner. Pour certaines traditions amérindiennes, le lézard est associé au temps du rêve[1]. Les rêves renferment certaines des plus subtiles perceptions de l'esprit dont nous pouvons ne pas être conscients. Ils prennent cette forme afin de nous rendre plus conscients, justement. Ils évoquent des peurs ou des présages ; dans tous les cas, des choses auxquelles nous n'accordons pas d'attention.

Les individus ayant un lézard totem devraient écouter leur intuition par-dessus tout. Le lézard reflète normalement une

sensibilité accrue. Vous ressentez ou percevez ce que les autres ne reçoivent ou perçoivent pas. Vous verrez des choses que les autres ne remarquent pas. Vous entendrez des propos qui ne sont pas prononcés. Aussi étrange que cela puisse paraître, c'est lorsque nous apprenons à suivre ces perceptions que, fréquemment, nos entreprises ou actions sont couronnées de succès.

L'une des caractéristiques les plus significatives du lézard, et qui fonde sa notoriété, est la capacité de sa queue à se détacher. Un prédateur peut l'attraper, sa patte se posant sur la queue de sa proie, pour avoir simplement la surprise de la voir se casser et le lézard s'échapper. Et un processus de repousse se met immédiatement en place.

Le lézard peut aussi nous enseigner ce détachement. Il peut nous à aider à être plus détachés pour survivre. Parfois, nous devons nous séparer – ou seulement des parties de nous-mêmes – des autres pour être en mesure de faire ce que voulons accomplir. Le lézard nous montre comment réveiller cette aptitude au détachement objectif. Il est en mesure de nous aider à rompre avec le passé. Il peut même indiquer un besoin d'explorer de nouveaux univers et de suivre nos propres impulsions pour ne pas être engloutis par des choses qui ne nous sont pas bénéfiques.

Comme la plupart des reptiles, le lézard se prélasse souvent au soleil. Il a le sang froid et a donc besoin de la chaleur de cet astre pour se réchauffer. Ce prélassement est souvent un somme feint et il peut avoir une fonction secondaire : celle de duper des insectes qui s'approcheraient trop près en croyant le lézard endormi et inoffensif. Cette faculté de feindre de dormir tandis qu'il se prélasse est un liée au contrôle de l'état de sommeil – et particulièrement des rêves. Comme cela a déjà été mentionné, le lézard est le totem qui peut aider à comprendre et à utiliser efficacement cet état.

SERPENT

Points clés : Renaissance, résurrection, initiation et sagesse

De tous les reptiles – et peut-être même de tous les animaux –, le serpent est celui qui a été l'objet des plus grandes controverses et des plus grands paradoxes. Les sources religieuses ne s'accordent pas sur le point de savoir s'il est le symbole du supérieur ou de l'inférieur. Parfois il est vu comme un démon, et parfois comme un guérisseur. Mais dans tous les cas, cet animal mérite une réputation mythique.

En Amérique du Nord et du Sud, le serpent a servi de symbole majeur dans l'art et le folklore. Pour les Amérindiens, il est un symbole de transformation et de guérison. Leurs cérémonies du serpent intégraient un apprentissage de la transmutation des poisons dans le corps après plusieurs morsures. Survivre à ces morsures permettait à l'individu de transmuter tous les poisons – physiques ou autres. Cela activait l'énergie de mort ou de guérison, menant au bout du compte à des rétablissements spectaculaires.

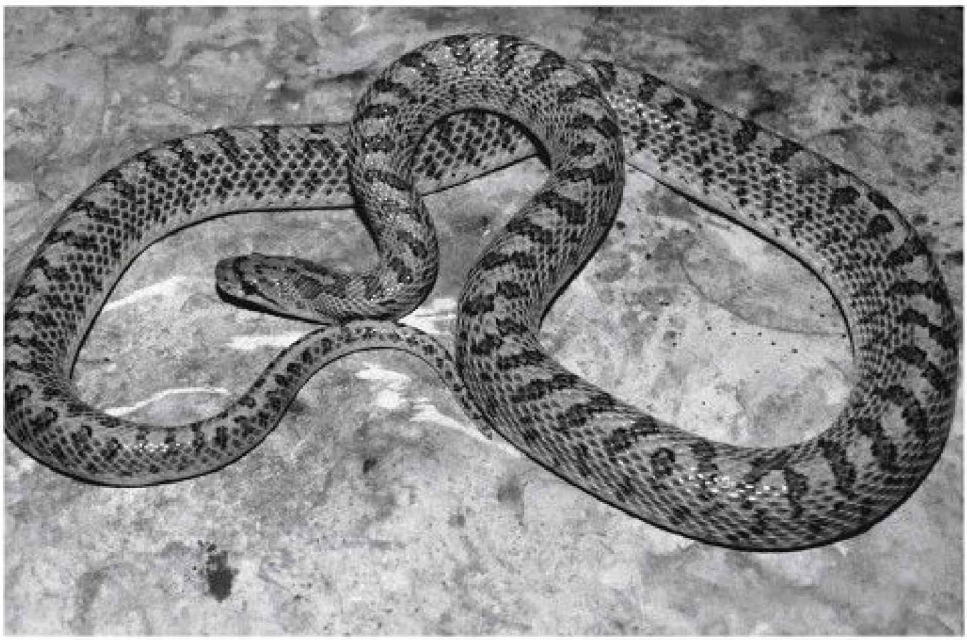
Dans les sociétés méso-américaines, le serpent pouvait être à plumes ou volant. Il symbolisait le plus grand dieu et héros, Quetzalcoatl. L'histoire de ce dernier est le mythe d'un dieu qui meurt et doit revenir en jour. À bien des points de vue, il était le dieu tutélaire des Toltèques et on disait que les cieux, les étoiles et tous les mouvements de l'univers étaient en son pouvoir. « Il était le maître des vents et des nuages et le génie protecteur de son peuple[2]. »

En Grèce, le serpent était aussi un symbole d'alchimie et de guérison. Deux serpents s'entrelaçaient sur le bâton du dieu Hermès. Ce symbole du caducée est le symbole fondamental de la médecine moderne et des médecins. Il représente la sagesse qui s'exprime par la guérison.

En Inde, la déesse Kadru (sœur de Vinata, la mère des oiseaux) était la mère des serpents et un symbole de l'eau et du monde inférieur. Kadru était surtout la mère des Nâgas[3] et de leurs épouses et sœurs, les Nâginis, des demi-dieux généralement dépeints sous une forme mi-divinité mi-cobra. Quant au dieu Vishnou, il est fréquemment représenté dormant sur le serpent de l'éternité appelé Ananta. Et toujours en Inde,

Shiva porte des serpents en guise de bracelets et de colliers incarnant la sexualité.

Le serpent est depuis longtemps un symbole de la force de vie créatrice/sexuelle chez les humains, comme l'enseignent les traditions orientales. La Kundalini – ou serpent de feu – est lovée à la base de la colonne vertébrale. Alors qu'elle croît et se développe, l'énergie primordiale est libérée et remonte l'épine dorsale. Au passage, elle active les centres d'énergie – chakras – du corps et de l'esprit, ouvrant par là de nouvelles dimensions et de nouveaux niveaux de conscience, de santé et de créativité.



Le serpent

Le serpent est depuis longtemps un symbole de mort et de renaissance. Avant qu'il perde sa peau, ses yeux commencent à se voiler et même à s'opacifier, comme pour indiquer qu'il entre dans une phase entre vie et mort. Les personnes manifestant la médecine du serpent étaient celles qui apprenaient à l'imiter et à se faufiler entre les mondes de la vie et de la mort pour guérir et s'éveiller spirituellement.

Dans l'astrologie chinoise, une des douze années est celle du

serpent. On croit que ceux qui naissent cette année-là ont des qualités de compassion, de (clair)voyance et de charme. Généralement, ils ont aussi besoin d'apprendre des leçons sur le pardon, la superstition et la possessivité. Pour plus d'éclaircissements, il pourra être utile d'étudier quelque peu cette astrologie chinoise.

En Égypte, le serpent avait aussi une importance signification mystique. L'uræus en forme de cobra ornait les coiffes et bandeaux royaux. La tête du serpent semblait sortir de la zone du front. On pensait qu'elle représentait un état de vision intérieure et de contrôle de l'univers. Ce symbole était porté par les initiés. Certains pensaient que cet uræus était une variante de l'œil d'Horus, tandis que d'autres le voyaient comme l'œil sacré de Ra. Il représentait un certain degré de sagesse et de compréhension[4].

Parce qu'il mue, le serpent a depuis longtemps été un symbole de mort et de renaissance. Il perd sa peau quand il devient trop gros pour l'ancienne. Il y a des connexions avec les anciens alchimistes et leur transmutation symbolique du plomb en or. Ce processus est associé à la plus haute sagesse qui vient avec l'écoulement du temps. Ce cycle mort/renaissance est souvent incarné par l'ouroboros, l'ancienne image du serpent se mordant la queue. C'est là le symbole même de l'éternité.

Avant que le serpent mue, ses yeux commencent à se voiler et même à s'opacifier, lui conférant une apparence de transe. Pour nombre de mystiques et de chamanes, ce phénomène traduisait la faculté du serpent à se déplacer entre les mondes des vivants et des morts, à passer de la vie à la mort avant de revenir à la vie. Et alors que la peau commence réellement à muer, les yeux entament leur retour à la clarté comme s'ils pouvaient voir le monde avec « des yeux neufs ». Pour cette raison, les alchimistes ont souvent cru que la sagesse et une nouvelle connaissance menaient à la mort puis à la renaissance en permettant à l'individu de voir le monde à partir d'une perspective totalement renouvelée.

Le serpent a souvent été représenté, à l'instar de son cousin le dragon, comme un gardien. On le voit dans les mythes et le folklore garder des trésors, des lieux sacrés ou les sources de vie.

Dans le récit grec de Jason et des Argonautes, un serpent montait la garde au pied de l'arbre auquel était suspendue la Toison d'or.

Le serpent a des mouvements sinueux et rapides. Si beaucoup l'imaginent visqueux, il a en réalité une peau très sèche. En réalité, l'épiderme des humains est beaucoup plus visqueux que celui des serpents. Si un humain passe la main sur le sol, de la poussière adhérera à celle-ci. Mais elle n'adhérera pas à une peau de serpent, raison pour laquelle ce reptile peut glisser et se déplacer comme il le fait.

L'attaque du serpent est rapide. Il se dresse et frappe vite, fort et dans le mille. Il est courant de voir les individus à serpent totem répondre d'une manière semblable si nécessaire. Il vaut mieux ne pas fâcher des personnes « serpent ». Si elles mettent du temps à s'emporter, une fois en colère, leur « morsure » est directe, rapide et cuisante. Elles atteignent quasiment toujours leur cible. Elles peuvent finir par vous engloutir tout entier, ou simplement vous empoisonner d'une certaine manière.

Chaque fois qu'un serpent se présente comme totem, vous pouvez attendre une mort et une renaissance dans un domaine de votre vie. Il s'agit rarement d'une mort réelle, mais plutôt d'une transition. Cherchez un changement de conditions et un mouvement vers une nouvelle vie. Observez ce qui se passe autour de vous. Avez-vous besoin de modifier quelque chose, et ne le faites-vous pas pour une quelconque raison ? Essayez-vous d'imposer des changements trop rapidement ? Vous attaquez-vous à certaines personnes alors que vous ne le devriez pas ? À l'inverse, retenez-vous vos coups quand, là encore, vous ne le devriez pas ? Rappelez-vous que le serpent n'utilise pas seulement sa morsure et son venin pour vaincre sa proie, mais aussi pour se défendre. De quoi a-t-on besoin pour guérir ? Quelles nouvelles opportunités apparaissent, auxquelles vous avez besoin de vous attaquer pour en tirer avantage ?

Quand le serpent se montre en tant que totem, cela peut aussi indiquer que vos forces créatrices se réveillent. La stimulation de la Kundalini entraîne généralement des conséquences tant physiologiques que spirituelles. Physiologiquement, il peut activer

le désir sexuel, apporter davantage d'énergie, etc. Spirituellement, le serpent peut conforter votre perception de la bonne manière de mettre en œuvre vos idées et votre intuition. Vos visions et vos intuitions deviendront beaucoup plus précises.

Pour comprendre le rôle spécifique que le serpent totem jouera dans votre vie, commencez par examiner la forme qu'il prend. Rien que cela vous en dira beaucoup. Tout serpent a une tête, un corps et une queue. Et il en existe une grande variété d'espèces. Certaines sont venimeuses ; pratiquement toutes peuvent mordre, et certaines serrent, étouffent et/ou étranglent leur proie en s'enroulant autour. Examinez les marques que présente le corps de votre serpent, et les motifs de ses écailles. Un crotale diamantin, par exemple, doit son nom aux dessins que forment ces dernières. Étudiez la signification des formes géométriques. Cela vous aider à définir le rôle que jouera le serpent dans votre vie.

Le crotale (couramment appelé serpent à sonnettes) ne se déplace qu'au cours des heures fraîches de la nuit. L'extrême chaleur lui est fatale. Vous pouvez découvrir que devenir plus nocturne voire noctambule pourrait vous être bénéfique. Il se déplace avec des mouvements latéraux. Et il possède un organe sensoriel particulier, un petit orifice dans la tête qui réagit à la chaleur que dégagent d'autres créatures. C'est comme cela qu'il « sent » sa proie. Sur un plan symbolique, cela reflète une sensibilité accrue, chez ceux qui ont un crotale totem, à l'aura des tiers. Vous pourrez peut-être bientôt les voir, mais en tous les cas, vous commencerez à les « sentir ». Fiez-vous à ce que vous « sentez » autour des personnes que vous croisez, même si ça vous paraît étrange.

Quoi qu'il en soit, n'oubliez pas d'examiner les qualités et les caractéristiques des serpents en général. Ce sont des carnivores. Ils engloutissent leurs proies en entier. Pour ce faire, leurs mâchoires se disjoignent quasiment ou sont, en tous les cas, extrêmement flexibles. Nous ingurgitons notre nourriture par la bouche. Cette faculté d'extension de la mâchoire traduit une aptitude accrue pour ceux qui ont un serpent totem à avaler et

absorber de plus grandes quantités de nourriture *pour* la tête, c'est-à-dire la connaissance. Des opportunités d'apprendre, formellement et informellement, se présenteront fréquemment à vous. Généralement, quand on a un serpent pour totem, il y a peu de risques de surcharger ou noyer ses circuits cérébraux. Vous serez capable d'engloutir et de digérer tout ce que vous ingérerez.

Certaines personnes ont prêté au serpent des pouvoirs hypnotiques en raison de son regard. Ce regard fixe et imperturbable est simplement dû au fait qu'il n'a pas de paupières. Apprendre à utiliser ses yeux pour hypnotiser et sonder directement le cœur et l'âme des tiers fait partie de ce que la médecine traditionnelle du serpent peut enseigner. Vous pouvez même y voir un besoin de sonder votre propre cœur et votre âme.

Les serpents ont un odorat développé. En réalité, ils sentent avec leur langue, c'est pourquoi ils l'agitent et la font tant entrer et sortir de leur bouche. Dans le palais du serpent l'« organe de Jacobson » lui permet d'assimiler et de « goûter » l'air environnant en percevant les odeurs pour localiser les sources de nourriture. Il les aide à le « goûter » et à percevoir les odeurs en lui.

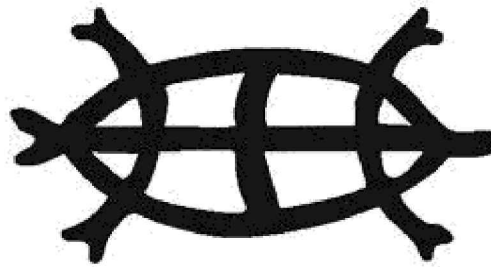
L'odorat, nous avons déjà eu l'occasion de le dire ailleurs, est lié aux plus hautes formes de discernement et d'idéalisme spirituel. Les individus à serpent totem sont extrêmement sensibles aux odeurs et aux fragrances. Il leur sera très bénéfique d'explorer l'aromathérapie comme méthode de guérison. Ils devraient aussi se montrer très attentifs à ce qui se passe autour d'eux. Les choses « sentent »-elles réellement bon dans votre environnement ? Assurez-vous de bien faire preuve de discernement dans ce que vous dites, et à qui. Et aussi au regard de ce dans quoi vous vous impliquez.

Les serpents sont des symboles de changement et de guérison. Ils possèdent vitesse et agilité. Ainsi, ceux dont ils deviennent le totem constateront que les changements interviennent rapidement et seront vite reconnus comme tels et déterminés. Quand un serpent entre dans votre vie, attendez-vous à une renaissance de vos pouvoirs de créativité et de votre sagesse.

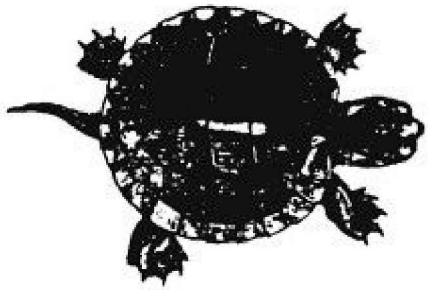
TORTUE

Points clés : Maternité, longévité, éveil des opportunités

En tant que famille, les tortues sont plus anciennes que tous les autres vertébrés. Il en existe environ 250 espèces (dont 48 aux États-Unis). On différencie les tortues terrestres et les tortues marines ou aquatiques (l'anglais de Grande-Bretagne parle spécifiquement de *turtle* pour désigner les tortues d'eau, et de *tortoise* pour les tortues de terre ; mais l'anglais d'Amérique fait moins cette distinction et désigne tous les spécimens de la famille des chéloniens sous le nom de *turtle*, c'est-à-dire « tortue »). Les tortues terrestres ne quittent pas la terre, tandis que les tortues aquatiques vivent dans et autour de l'eau.



Une mythologie fournie tourne autour de la tortue. En Extrême-Orient, sa carapace était un symbole du ciel et son plastron – le ventre, en dessous – de la terre. La magie de cet animal pouvait aider à réunir la terre et le ciel dans votre vie. Le symbole de la tortue invoquait toutes les bénédictions de la terre et du ciel.



Au Japon, *Le Conte d'Urashima* narre l'histoire d'un pêcheur qui empêche des jeunes garçons de malmener une tortue marine. Il met en fuite les garnements et aide l'animal à regagner l'eau. Au lieu de filer prestement, ce dernier reste un moment pour remercier l'homme. En récompense de son geste, il l'emmène sur son dos dans les profondeurs de la mer jusqu'au palais du roi de l'Océan. Le roi lui rend hommage et veut lui aussi le récompenser, car la tortue est l'un de ses animaux favoris. Il lui donne la main de sa fille[5], un très bel esprit des eaux. Et pour la première fois, l'homme rencontre le véritable amour.

La tortue aquatique ou marine est, de fait, un animal de rivage qui vit à la fois dans l'eau et sur terre. Tous les rivages sont des passages vers le monde des fées. Et la tortue est parfois connue comme une gardienne des portes. Ainsi, elle était souvent vue comme un signe de contact avec ce monde féerique, et de promesse de récompenses venant de cet univers parallèle.

Au Nigeria, la tortue était un symbole de sexualité et des organes génitaux féminins. Pour les Amérindiens, elle était associée au cycle lunaire, à la menstruation et au pouvoir des énergies féminines. Les marques et les divisions sur le dos de certaines tortues s'élèvent au nombre de treize. Dans le calendrier lunaire, il y a – en alternance chaque année – soit treize pleines lunes, soit treize nouvelles lunes. Beaucoup pensent que c'est de là que vient l'association avec les énergies féminines. La tortue est le symbole de la mère primordiale.

En raison de son grand âge et de son lent métabolisme, elle

évoque la longévité. Longue vie et ancrage dans l'existence font partie des éléments qui lui sont associés. Elle ne se déplace pas vite. C'est comme si, à un certain niveau, elle savait qu'elle a tout son temps. La médecine de la tortue peut vous enseigner de nouvelles perceptions du temps et de votre rapport à celui-ci.

Les tortues ont de fantastiques aptitudes pratiques et stratégiques à la survie. Elles entendent bien. En fait, elles sentent les vibrations dans l'eau à travers leur peau et leur carapace. Elles sont également capables de distinguer certaines couleurs et ont un sens de l'odorat. Les tortues totems sont les gardiennes du mystère du réveil des sens – tant sur les plans physique que spirituel. La tortue stimule l'ouïe et la clairaudience, et peut aussi vous aider en matière de vision et de (clair)voyance. Elle rehausse le sens de l'odorat et renforce la capacité de discernement.

Si la tortue se présente à vous, vous pourrez vous poser certaines questions : Voyez-vous ce que vous devriez voir, ou non ? N'entendez-vous pas ce que vous devriez percevoir ? Utilisez-vous ou non votre faculté de discernement ? Et ceux qui vous entourent le font-ils ?

Si c'est possible, essayez d'identifier la tortue qui vous concerne. Bien qu'il en existe de nombreuses espèces, cela ne devrait pas être trop difficile, le plus souvent grâce à la carapace car les différentes espèces de tortues ont des carapaces différentes. Chacune a au moins une caractéristique qui permet de la distinguer des autres et qui, généralement, a une grande signification symbolique. Une tortue serpentine peut traduire une aptitude à saisir avec la bouche et à utiliser celle-ci et tout ce qui est en rapport avec elle (voix, son, digestion) de différentes manières. Une terrapene (familièrement appelée « tortue-boîte », ce qui est la traduction de son nom anglais, *box-turtle*) a des ouvertures à l'avant et à l'arrière se fermant comme des charnières, et à l'intérieur desquelles elle peut se réfugier. Elle peut donc vous apprendre à vous protéger plus solidement. Une tortue peinte pourra vous enseigner le pouvoir et l'utilisation des couleurs. Une tortue marine est essentiellement aquatique. Elle

reflétera donc le symbolisme de l'eau que vous devrez étudier si elle est votre totem.

Les tortues portent leur maison sur leur dos. Contrairement à leur représentation dans les dessins animés et autres médias du même ordre, elles ne peuvent pas quitter leur carapace. Cette dernière constitue en réalité la colonne vertébrale et les côtes de la tortue. Elle lui sert de maison et de refuge. Si beaucoup croient la chose impossible, quand une tortue se retourne sur le dos, elle peut très bien se redresser toute seule. Elle se sert pour cela de son cou très puissant et de sa tête. Pour ceux qui ont une tortue totem, cette aptitude de l'animal est une incitation à utiliser leur tête et leur connaissance pour se redresser tout seuls quand le monde est sens dessus dessous. Parfois, une tortue se montre précisément dans ces moments de trouble pour nous aider à rétablir les choses.

Les tortues sont omnivores. Elles mangent des insectes, des plantes, des poissons, des amphibiens et même de petits mammifères à l'occasion. Elles sont opportunistes. Quand une tortue apparaît dans votre vie, c'est en général une invitation à être vigilant si vous ne voulez pas rater des opportunités. Pour les Amérindiens, la tortue était un symbole de la terre mère qui nous rappelait qu'elle pouvait subvenir à tous nos besoins. Parfois, un arbre nous empêche de voir la forêt et la tortue vient nous ralentir pour nous aider à voir les opportunités qui passent à notre portée.

Les tortues ont un métabolisme lent qui peut apparaître comme un puissant indicateur. Notre vie devient-elle trop trépidante ? Prenons-nous du temps pour nous ? Sommes-nous tellement occupés que nous ne parvenons même plus à voir ce qui se passe ? Mais, inversement, avançons-nous trop lentement et avons-nous besoin d'accélérer un peu le rythme ? La tortue peut nous aider à trancher.

La tortue est le menu favori des ratons laveurs. Ceux qui ont donc une tortue totem devront donc s'intéresser aussi à ce prédateur. Il les aidera à comprendre l'interaction des énergies se manifestant dans leur vie. On pense que la tortue se sert du soleil pour se procurer la vitamine D dont elle a besoin. Les personnes

« tortue » seront bien inspirées de vérifier leur propre apport en vitamine D et d'ajuster leur alimentation et leur prise éventuelle de compléments vitaminiques pour ne pas avoir de carence en vitamine D.

La tortue

La tortue est un des plus vieux reptiles et elle est donc l'objet d'une très ancienne mythologie. Elle a symbolisé la terre mère, la longévité et le réveil des sensibilités exacerbées.

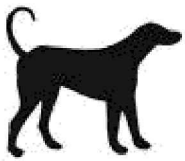
Toutes les tortues marines pondent leurs œufs sur le rivage. Ceux-ci sont généralement enterrés. Quand ils éclosent, les petits sont livrés à eux-mêmes. À leur tour, ils devront se débrouiller pour regagner eux-mêmes l'eau. Ce lien entre la terre et l'eau, particulièrement à des fins de reproduction, a une grande signification. Ceux qui ont une tortue totem devraient le méditer. L'eau est la grande source créatrice dans laquelle nous pouvons puiser et vivre, mais nous devons aussi en sortir pour appliquer cette créativité dans le monde physique – sur terre. Il y a là encore l'idée que nous devons d'abord penser soigneusement

aux choses avant de pouvoir agir dessus.

Si la tortue se présente dans votre vie, il est temps de vous connecter à votre essence la plus primordiale. Rentrez dans votre carapace, puis ressortez-en dès que vos idées sont prêtes à être exprimées. Il est temps pour vous de comprendre qu'une véritable abondance vous attend dehors. Mais il n'est nul besoin d'en prendre possession tout de suite. Prenez votre temps et laissez le cours naturel des choses agir. Le fait de prendre trop et surtout trop tôt peut perturber l'équilibre. La tortue nous rappelle que tout ce dont nous avons besoin pour ce que nous voulons faire est à notre disposition si nous nous en approchons au bon moment et de la bonne manière.

Les tortues nous rappellent aussi que la voie du ciel passe par la terre. Tout ce dont nous avons besoin s'y trouve. La terre prend soin de nous, nous protège et nous nourrit, tant que nous en faisons autant pour elle. Pour que cela se produise, nous devons ralentir et renforcer nos sensibilités. Nous devons voir la connexion entre toutes les choses. De même que la tortue ne peut se séparer de sa carapace, nous ne pouvons nous affranchir de ce que nous faisons à la terre.

CONCLUSION



TOTEMS DANS UN MONDE CIVILISÉ

Dans la Nature, tout a une fonction. Aussi curieux qu'il puisse paraître ou aussi étrange que puisse sembler chaque comportement, il a toujours un but ou une fonction. Peut-être que n'en comprendrons-nous pas tout, mais combien de fois ne saisissons-nous pas le comportement de ceux qui nous entourent ? Les gens ont tendance à ne pas aimer ce qu'ils ne comprennent pas.

Aucune plante, aucun animal n'est intrinsèquement mauvais ou négatif. De telles affirmations sont de purs jugements de valeur humains qui, généralement, ont pour fondement notre peu de connaissances ou de contacts avec un système très complexe dans lequel toutes les parties sont fonctionnelles. Souvent, les humains ne savent que très peu de chose sur le rôle complet d'un organisme dans l'écosystème.

Certains pensent qu'il y a un danger à explorer le monde animal

d'un point de vue mystique. On a fréquemment peur que cela conduise à l'anthropomorphisme – le fait d'attribuer des qualités humaines à l'animal, ou même de le déifier dans certains cas. Je crois que les humains ont trop progressé pour que cette voie s'ouvre réellement à nous.

Oui, il peut y avoir une possibilité de devenir superstitieux, mais comme je l'ai mentionné dans la première partie de cet ouvrage, la superstition a généralement pour base un manque de connaissance. Plus nous étudions les animaux et l'ensemble de la Nature, plus nos vies s'emplissent de merveilleux. Effectivement, nous attribuons parfois aux animaux des caractéristiques humaines, mystiques et même divines, mais c'est simplement dû au fait que notre langage n'est souvent pas adapté pour exprimer toute la fascination et le respect que nous inspire l'expérience de la Nature.

Dans notre société rationaliste, il devient difficile de ne pas s'interroger sur la valeur de certaines plantes ou animaux, et de leurs interrelations. Nous sommes amenés à nous demander s'il ne nous faut pas davantage justifier l'existence d'une plante ou d'un animal que celle d'un être humain. Notre capacité à respecter la Nature et à ressentir quelque chose pour elle ne devrait pas être fondée sur son degré de « productivité » ou d'intelligence. Qui est qualifié pour déterminer une telle chose ?

Le monde de la Nature est une communauté de plantes, d'animaux et d'humains. Tous font partie d'un écosystème. Tous sont nécessaires à tout le reste. Tout ce qui se passe dans la Nature a une répercussion sur nous ; tout ce qui nous arrive a une répercussion sur la Nature. Même si nous aimons demeurer autonomes, nous ne le sommes pas. On peut très bien ne pas voir – ou vouloir voir – les répercussions de nos actes, mais elles sont bel et bien réelles, et la Nature devrait être honorée pour cela.

Avant de pouvoir honorer une chose, nous devons la connaître. Nous devons avoir la preuve qu'elle mérite d'être honorée. Avec cet ouvrage, vous aurez constaté que n'importe quel animal possède quelque caractéristique digne d'être honorée. Les idées

suivantes sont autant de manières d'honorer la Nature et de contribuer à conserver son ensemble comme notre totem en propre.

— Planter des arbres (les arbres fournissent refuge et subsistance à la faune et aident à filtrer la pollution).

— Observer les animaux et leurs activités.

— Apprendre tout ce qu'on peut sur la Nature.

— Construire des abris pour les oiseaux.

— Planter des fleurs pour attirer les abeilles et les papillons.

— Ramasser les détritus partout où nous allons.

— Écrire des lettres aux autorités pour soutenir la conservation et la protection de l'environnement.

— Aider les tiers à en apprendre davantage sur les espèces en danger.

— Ne pas acheter d'animaux sauvages.

— Ne pas acheter de produits élaborés à partir d'animaux sauvages.

— Ne pas acheter de produits de laboratoires qui utilisent des animaux pour leurs recherches ou leurs expérimentations.

— Aider les organisations qui soutiennent l'environnement (zoos, centres nature, organisations à but non lucratif, etc.).

Les merveilles animales sont partout. Chaque animal est une merveille qui contribue à nous rappeler nos propres merveilles. Quand nous regardons un aspect du monde avec des yeux neufs, nous nous mettons aussi à nous regarder avec des yeux neufs. Toute la Nature, tout ce qui participe de celle-ci, est notre totem. Tout animal. Toute plante. Chaque fois qu'un animal ou une plante disparaît ou est menacé, le monde perd un peu de sa beauté et nous, un peu de la nôtre. Chaque fois que nous constatons le caractère unique d'un animal ou d'une plante, nous découvrons quelque chose de nouveau et d'unique à propos de nous.

On s'interroge souvent sur mon approche de la Nature.

Devrions-nous approcher le monde animal ou n'importe quel aspect de la Nature d'un point de vue mystique ? Je le crois. Vous n'avez pas à croire en toute la symbologie et la mythologie de la Nature, mais en l'examinant, vous touchez une très ancienne partie primitive de votre âme, une partie de vous qui est encore capable de réagir avec émerveillement face au spectacle de la Nature. Cela peut émouvoir une partie de l'âme qui aurait pu ne pas être touchée d'une autre manière. C'est le pouvoir du mythe et du symbole dans la Nature.

Parfois, il est plus important de sentir que de savoir. En ravivant une ancienne braise, le désir de connaissance augmente. Et de ce désir naît l'opportunité de redécouvrir la joie et le mystère du monde de la Nature.

Pour parler avec les animaux et apprendre d'eux, nous devons d'abord être capables de les voir avec un œil totalement neuf. J'ai l'espoir que ce livre ravive certaines braises qui donneront un grand feu ; car là où il y a du feu, il y a de la lumière. Et là où il y a de la lumière, il y a de la joie et de l'émerveillement !

POUR VOTRE INFORMATION

Les organisations ci-dessous sont des structures d'éducation et de protection des animaux, de la Nature et de l'environnement en Amérique du Nord. Il ne s'agit en aucun cas d'une liste complète, mais elles sont toutes bénéfiques.

Brukner Nature Center

5995 Horseshoe Bend Road, Troy OH 45373

Defenders of Wildlife

1244 19th Street NW, Washington DC 20036

Environment Defense Fund

257 Park Avenue S., New York NY 10010

Friends of Earth

218 D Street SE, Washington DC 20003

Hawkquest

c/o Kin Quitugua, 15469 E. Oberlin Place, Aurora CO 80013

Beauty Without Cruelty USA

175 W. 12th Street, #15G, New York NY 10011-8275

Raptor Center, University of Minnesota

1920 Fitch Avenue, St Paul MN 55108

National Audubon Society

950 3rd Avenue, New York, NY 10022

National Wildlife Federation

1400 16th Street NW, Washington DC 20036

Return to the Sacred

c/o Quenda Healing Woman, Box 6793, Colorado Springs CO 80934

BIBLIOGRAPHIE

RÉALITÉ DU MONDE NATUREL

ANGELL Madeline, *America's Best Loved Wild Animals*, New York, Bobbs-Merrill Company, 1975

AUSTIN Elizabeth et Oliver, *Random House Book of Birds*, New York, Random House, 1970

BANTONK Nick, *Wings*, New York, Random House, 1990

BLASSINGAME Wyatt, *The Wonders of Crows*, New York, Dodd, Mead & Company, 1979

CARAS Roger A., *Panther*, Lincoln NE, University of Nebraska Press, 1969

CLEMENT Roland, *Living World of Audubon*, New York, Grosset & Dunlap, 1974

CROMER Richard, *The Miracle of Flight*, New York, Doubleday & Company, 1968

DE LA TORRE Julio, *Owls: Their Life and behaviour*, New York, Crown Publishing, 1990

DI SILVESTRO Roger, *Fight for Survival*, New York, John Wiley & Sons, 1990

DOMICO Terry, *Bears of the world*, New York, Facts on File Pub, 1988

FOURIE Denise, *Hawks, Owls, and Other Birds of Prey*, San Luis Obispo CA, Blake Publishing, 1989

GABB Michael H., *Creatures Great and Small*, Minneapolis, Lerner Publishing, 1980

HINES Bob, *Fifty Birds of Town and City*, Washington DC, US Department of Interior, 1973

HORNBLOW Leonora et Arthur, *Birds Do the Strangest Things*, New York, Random House, 1968

HOSHIMO Michio, *Moose*, San Francisco, Chronicle Books, 1988

JOHNSON Sylvia A., *The Wildlife Atlas*, Minneapolis, Lerner Publishing, 1977

KIERAN Peter, *An Introduction to Birds*, New York, Doubleday and Company, 1965

LIMBURG Peter, *What's in the names of birds ?* New York, Coward, McCann and Geoghegan, 1975

—, *What's in the Name of Wild Animals*, New York, Coward, McCann & Geoghegan, Inc., 1977

MACKENZIE John, *Birds of Prey*, Minocqua WI, North Word Inc., 1986

MECH L. David, *The Wolf*, Minneapolis, University of Minneapolis Press, 1970

MERRILL Samuel, *The Moose Book*, New York, E.P. Dutton & Company, 1916

O'CONNOR Karen, *The Feather Book*, Minneapolis, Dillon Press, 1990

PETERSON Roger, *How to know Birds*, Boston, Houghton Mifflin, 1957

PRINGLE Laurence, *Listen to the Crows*, New York, Thomas Crowell Company, 1976

SCOTT Jack Denton et SWEET Ozzie, *Moose*, New York, G.P. Putnam, 1981

SEIDENSTICKER John et LUMPKIN Susan, *Great Cats*, Emmaus PA, Rodale Press, 1991

SNEAD Stella, *Animals in Four Worlds*, Chicago, University of Chicago Press, 1989

TANNER Ogden, *Urban Wilds*, Alexandria, Time-Life Books, 1975

TURBAK Gary, *The Twilight Hunters. The Wolf*, Flagstaff, Northland Pub, 1987

WEIDENSAUL Scott, *American Wildlife,* Gallery Books, New York, 1988

WEIDENSAUL Scott, *Birds of Prey,* Gallery Books, New York, 1989

WEXO John Bonnett, *Birds of Prey. Zoo books*, San Diego, Wildlife Education, 1980

—, *Bears. Zoo books*, San Diego, Wildlife Education, 1987

—, *Big Cats. Zoo books*, San Diego, Wildlife Education, 1987

—, *Endangered Animals. Zoo books*, San Diego, Wildlife Education, 1987

—, *Animal Wonders. Zoo books*, San Diego, Wildlife Education, 1988

—, *Little Cats. Zoo books*, San Diego, Wildlife Education, 1988

WOOD Peter, *Birds of Field and Forest*, New York, Time-Life Books, 1977

ZIM Herbert, *The Big Cats*, New York, William Morrow & Company, 1976

MYTHE ET MYSTICISME DANS LA NATURE

ANDREWS Ted, *Alchemy*, St Paul, Llewellyn Publications, 1991

—, *How to Meet and Work with Spirit Guides*, St Paul, Llewellyn Publications, 1992

—, *Magical Dance*, St Paul, Llewellyn Publications, 1992

ARNOTT Kathleen, *African Myths and Legends*, New York, Oxford University Press, 1989

BASKIN Wade, *The Sorcerer's Handbook*, Secausus, Citadel Press,

1974

BELTING Natalia, *The Earth is on a Fish's Back*, Holt, Rhineart & Winston, 1965

CADUTO Michael J. et BRUCHAC Joseph, *Keepers of the Earth*, Golden CO, Fulcrum Publishing Inc., 1988

—, *Keepers of the Animals. Native American Stories and Wildlife Activities for Children*, Golden CO, Fulcrum Publishing Inc., 1991

CHRISTA Anthony, *Chinese Mythology*, New York, Peter Bedrick Books, 1983

CIRLOT J.E., *A Dictionary of Symbols*, New York, The Philosophical Library, 1971

COFFER William, *Spirits of the Sacred Mountains*, New York, Van Nostrand Reinhold Company, 1978

COOPER J.C., *Symbolism. The Universal Language*, Wellingborough, The Aquarian Press, 1982

DOORE Gary, *Shaman's Path*, Boston, Shambhala Press, 1988

DULCKEN H.W., *Complete Illustrated Stories of Hans Christian Andersen*, London, Chancellor Press, 1989

ERDOES Richard et ORTIZ Alfonso, *American Indian Myths & Legends*, New York, Pantheon Books, 1984

FRAZER James G., *The Golden Bough* [*Le Rameau d'or*], New York, Collier Books, 1922

GETTINGS Fred, *Secret Symbolism in Occult Art*, New York, Harmony Books, 1987

GODWIN Joscelyn, *Mystery Religions in the Ancient World*, San Francisco, Harper & Row, 1981

GRAVES Robert, *The White Goddess*, New York, Farrar, Straus & Giroux, 1948

HALL Manly P., *The Secret Teachings of All Ages*, Los Angeles, Philosophical Research Society, 1977

HAMILTON Edith, *Mythology*, New York, New American Library, 1942

HOPE Murray, *Practical Egyptian Magic*, New York, St Martin Press, 1984

IONS Veronica, *Indian Mythology*, New York, Peter Bedrick Books, 1983

JUNG Carl, *Man & His Symbols*, New York, Anchor Press, 1964 (*L'Homme et ses symboles*, Robert Laffont, Paris, 1964)

LOEWE Blacker et Carmen, *Oracles & Divination*, Boulder CO, Shambhala Press, 1981

MCLAUGHLIN Marie, *Myths and Legends of the Sioux*, Lincoln NE, University of Nebraska Press, 1990

MONAGHAN Patricia, *Book of Goddesses & Heroines*, St Paul, Llewellyn Pub., 1990

NICHOLSON Irene, *Mexican & Central American Mythology*, New York, Peter Bedrick Books, 1982

NICHOLSON Shirley, *Shamanism*, Wheaton, Theosophical Pub., 1987

OPIE Iona et TATEM Moira, *A Dictionary of Superstitions*, New York, Oxford University Press, 1989

OSBORN Harold, *South American Mythology*, New York, Peter Bedrick Books, 1983

PARRINDA Geoffrey, *African Mythology*, New York, Peter Bedrick Books, 1982

PIGGOTT Juliet, *Japanese Mythology*, New York, Peter Bedrick Books, 1982

POINSIAS Mac Cana, *Celtic Mythology*, New York, Peter Bedrick Books, 1983

ROSSBACH Sarah, *Feng-Shui. The Chinese Art of Placement*, New York, E.P. Dutton, 1983

SAMS Jamie et CARSON David, *Medicine Cards*, Santa Fe, Bear & Company, 1988

SPENCE Lewis, *Myths of the North American Indians*, New York, Dover Pub, 1989

STEVENS Jose et Lena, *Secrets of Shamanism*, New York, Avalon Books, 1988

SUN Bear et Wabun, *The Medecine Wheel*, Englewood Cliffs, Prentice-Hall, 1980 (*La Roue de la Médecine. Une astrologie de la Terre mère*, Paris, Albin Michel, 2009)

SYMPSON Jacquelyn, *European Mythology*, New York, Peter Bedrick Books, 1987

TOWNSEND George, *Aesop's Fables*, New York, Doubleday & Company, 1968

TYLER Hamilton A., *Pueblo Birds and Myths*, Flagstaff, Northland Publishing, 1991

WALSH Roger, *The Spirit of Shamanism*, Los Angeles, Jeremy P. Tarcher, 1990

WARING Philippa, *Dictionary of Omens & Superstitions*, Secaucus, Chartwell Books, 1989

WOLFE Amber, *In the Shadow of the Shaman*, St Paul, Llewellyn Publications, 1988

ZIPES Jack, *The Complete Fairy Tales of the Brothers Grimm*, New York, Bantam Books, 1987

ZOLAR, *Zolar's Encyclopedia of Omens, Signs & Superstitions*, New York, Prentice-Hall Press, 1989

Index

Abeille 22, 125, 389, 391, 394-395, 398, 430

Abraxas 185

Accipitridés 159, N19

Aigle 29, 60, 97, 99, 110, 116, 118, 151-156, 158, 160, 182, 198, 219, 242, 249, 261, 329, N1

Aigle botté 152-153

Aigle chauve (pygargue) 152-153, 155-156

Aigle des mers 152-153

Aigle forestier 152-153

Aigle harpie 153

Aigle pêcheur 152-153

Aigle royal 13, 53, 152-153, 174

Aigle serpentaire 152-153

Aigrette 171, 175-176, 206

Air (élément) 57, 59, 115, 118, 127, 136, 177, 196, 222, 254

Alchimie 73, 76, 96, 154, 190, 249, 347, 420

Alcyone 150, 212-213

Alligator 409, 414-416

Alouette 241

Alphabet 146, 181, 396-398

Alvéole (ruche) 289, 395

Ambre 217

Amon-Râ 226

Amphibien 406, 411-413, 416-417, 426

Amulette 131-132, 141
Âne 287-288
Anima 253
Anole 416
Anolis 416
Antilocapre 288-289
Antilope 25, 157, 288-290, 329
Apache 367
Apollon 190, 197, 307
Araignée 22, 386, 393, 395-398, 411
Archéoptéryx 94
Archétype 20, 26, 132, 134
Armadillo 375-376
Aromathérapie 238, 247, 324, 342, 371, 377, 424
Athabaskans 101, 192, 319-320
Athéna 168
Augure 65, 69-70, 73, 75, 78, 81, 85, 89, 107, 168, 194, 209, 232
Aura 7, 47, 50-51, 135-138, 153, 168, 189, 194, 244-248, 302, 305, 368, 416, 423, N2
Aura, plumeau à 136-138
Autour 158
Autruche 93, 102, 125, 156-157
Aztèque 151, 198, 354, 376
Bacchus 352
Balbuzard 158
Baleine 261, 287, 290-292, 315, 320
Baleine à bosse 291
Baleine bleue 291

Belette 55, 292-294, 297, 360, N3

Bélier 294-295

Berger allemand 331

Bernache du Canada 225

Bêtes 28, 41, 251, 253, 292, 386, 393, 402

Binah 217

Bison 61, 138, 296-297, N9

Bison blanc (animal) 296, 323, N9

Bison blanc (Femme) 61, 296, N9

Blaireau 200, 292, 297-299, 315, N4

Bobcat 335, 337-339

Bochimans (*bushmen*) 22, 25, 189, 385, 402

Bœuf musqué 53

Bois (cornes) 13, 32, 38, 69, 118, 141, 144, 167, 176, 182, 184, 186, 220, 228, 230, 265, 273, 286, 288, 301-302, 321-322, 327, 363, 373, 390

Bois-pourri (engoulevent) 178, N8

Bouddha 301, 323, 363

Bouvreuil 110, 164, 201

Brebis 260-261, 294-295

Buffalo 61, 296

Buffle 296

Busard 158, 168, 174, 177, 246

Buse 43, 52-54, 66, 105, 110, 158-161, 172, 174, 176-178, 195, 246, 318

Buse à épaulettes 174, 176, 202

Buse à queue rousse 54, 152, 158-160, 174, 176

Butor 206

Cachalot 290-291

Caille 161-162, 200
Caméléon 53, 416
Canard 45, 54, 110, 162-164, 197, 224, 271
Canard carolin 162-163
Canard colvert 163-164
Canard des bois 162-164
Canari 110, 164-165, 201
Cancer (zodiaque) 217, 230
Caprimulgidés 178
Carapace 375, 424-428
Cardinal 135, 166, 204, 210
Caribou 58, 300-301
Carouge à épaulettes 217
Caste 311, 399
Castor 299-300
Cerf 45, 48, 261, 300-303, 333, 362, 379-381
Cerf Hémione 300, N3
Chamane 19, 22, 26, 28, 45, 115, 186, 228, 264-265, 268, 305, 340, 354, 367, 385, 422
Chamanisme 21, 263-264
Chamois 175, 178, 297, 309
Chardon 167
Chardonneret 66, 167-168, 201
Chat 28, 156, 168, 170, 175, 220-221, 303-304, 329, 350, 352, 361-362, 365, 370-372, 379
Chat sauvage 335-339
Chauve-souris 304-307
Chef Dan George 16
Cheval 93, 261, 307-308

Chèvre 139, 178-179, 289, 294, 309-310, 356

Chèvre des Montagnes Rocheuses 22, 295, 309

Chickadee (mésange) 218

Chien 28, 36, 178, 220, 298, 304, 310-312, 336, 349, 365, 396, N15, N16

Chien de prairie 53, 312-313

Chouette 9, 13, 31, 43, 45, 66-68, 78, 104-105, 110, 136, 158, 168-177, 202, 246, 261, 271, 313, 317-318, 376, N8

Chouette boréale 67

Chouette effraie 111, 169-171, 173, 175

Chouette épervière 67

Chouette harfang 67, 174, 177

Chouette rayée 170, 174-176, 178

Chrysalide 388, 404

Cigogne 110, 180-181, 206

Circaète 152-153

Circé 228, 230

Clairaudience 72, 170, 175, 307, 321, 338, 351, 371, 425

Clairolfaction 289

Cocon 388-389, 404

Colibri 97, 102, 149, 151, 181-183

Colombe 66, 125, 183-184, 234

Condor 126, 246

Coq 185, 271, N20, N21

Coq de bruyère 144, 161, 186-188, 200

Corbeau 13, 70-71, 73-74, 83, 93-94, 101, 110, 150, 175, 177, 188-192, 194, 202, 265, 271, 314, 319, 333, 402

Corne 131, 139, 215, 286, 288-289, 294-295, 301, 310, 327, 373

Corneille 13, 110, 114, 175, 177, 188, 190-192, 194, 202, 228, 231, 237, N3

Coucou 192-194, 203, 271

Couguar 349, 361-362

Couleur 35, 51, 70-72, 108, 110, 143, 149, 158, 161, 167, 171, 176-178, 186, 189-190, 193, 196, 201, 204, 207, 209-210, 213, 215-218, 221, 223, 230, 237, 239, 242, 246, 254, 275, 285, 292, 302, 308, 324, 336, 352, 367-369, 380, 401-402, 404, 416, N2

Coyote 28, 48, 189, 265, 310, 314-315, 376, 382, 402

Crapaud 401, 411-412, 416-417

Crécerelle 49, 174, 176, 194-196, 199

Crocodile 409-410, 414-416

Crotale 423

Cygne 110, 190, 196-197, 224

Daim 301

Dard 389, 394-395

Dauphin 290-291, 315-317

Demoiselle 400-402

Dévas 127, 167

Dinde 110, 161, 198-199, N20

Dindon 198-199, 271, N21

Dionysos 352-354, 380

Dragon 72, 82-83, 87, 304, 386, 396, 402, 414-415, 418, 422

Eau (élément) 21, 48-50, 88, 110, 222, 254, 316, 352, 358, 379, 417

Échassier 180, 206

Écureuil 41, 70, 77, 86, 198, 272, 298, 312, 317-318, 339, 374

Écureuil gris 317-318

Écureuil roux 317-318

Élan 13, 25, 45, 94, 126, 275, 300-301, 319-322, 333, 380-381

Éléphant 253, 261, 323-325, 357, N7

Éléphant de forêt N7

Éléphant de mer 357

Éléphant de savane N7

Elfes 25, 126, 167, 178-179, 211, 371, 404, 417, N4

Engoulevent 178-179, N8, N9, N10

Épervier brun 158

Épervier de Cooper 158, 160

Étourneau 110, 199-200

Faisan 186, 188, 200

Faon 290, 302

Faucon 13, 43, 45, 48, 52, 54-55, 66, 78-79, 93, 95, 97, 105, 108, 110, 142-143, 174, 178, 194-196, 202, 242, 245, 261, 265, 268, N1

Faucon gerfaut 174, 194

Fées 25, 87, 95, 120, 126-127, 142, 167-168, 178-180, 182, 197, 211, 222-223, 232, 235, 241, 327, 358, 367, 371, 386, 402, 404, 417, 425, N4

Feng Shui 82-83

Feu (élément) 44, 46, 177, 181, 254, 367, 380, 402

Fourmi 376, 389, 391, 395, 399

Fringillidés 164, 166, 201

Furet 292

Gallinacés 161, 236

Gaufre 298

Geai bleu 201-202

Gecko 418
Gélinotte 187
Gélinotte à collier 187
Gélinotte huppée 187
Géocoucou 193, 203-204
Géomancie 82
Géomys 298
Gerfaut (faucon) 174
Girafe 325-327
Glouton 292
Goéland 67, 222
Grand-duc 45, 171-172, 174-178, 191, 194, 341
Grenouille 43, 58, 401, 411-412, 416-418
Grillon 67, 176, 372, 405
Grizzly 70, 322, 348-349, 382
Gros-Bec 204
Grouse 187
Grue 112, 180, 205-206
Grue blanche 205
Guebourah 217
Harfang (chouette) 177
Harpie (aigle) 152-153
Harpie (créature fantastique) 93
Héra 225
Hérisson 359
Hermine 292
Héron 177, 206-207
Hibernation 56, 103, 183, 340, 348, 393

Hibou 67-68, 110, 136, 168, 174, 177, 191, 341
Hibou des marais 67-68, 168, 174, 176-178, 207
Hirondelle 58, 207-209
Hivernation 348
Hopi 125, 143, 152, 367, 404
Horus 93, 226, 422
Isatis 368
Jaguar 329, 349-350, 352, 354-355, 361
Jaseur 209-210
Kabbale 146
Kangourou 261
Kodiak (ours) 349
Kundalini 71, 159-160, 203, 239, 338, 343, 352-353, 367, 371, 418, 421, 423
Lakotas 61, 253, 296
Lapin à queue blanche 328
Larinés 222
Larve 229, 388, 406
Léopard 329, 349-352, 355-357, 361
Léopard des neiges 329, 355-356
Lévitation 94, 247
Lézard 94, 409, 411, 416, 418-420
Libellule 386, 400-402
Lièvre 48-49, 53, 177, 327-328, 336
Lilith 169
Lion 28, 30, 45, 111, 242, 329-330, 349-350, 361
Lion de mer 357
Loriot 110, 142, 144, 210-211, 237, 241, N28
Loup 13, 28-29, 31-32, 36, 45, 52, 58, 178, 209, 219, 235,

260-261, 264-265, 268, 310, 312, 331-333, 347
Loup de l'Est 331
Loup des bois 331
Loup du Canada 331
Loup gris 331
Loup-cervier (lynx) 335
Loutre 13, 292, 334-335
Lynx 265, 335-338
Lynx du Canada 335-336
Lynx gris 335
Lynx roux 335-339
Manchot 211-212, N23
Mante religieuse 189, 385, 397, 402-403
Marmotte 53, 56, 174, 265, 339-340
Marsouin 290, 315
Marsupial 345
Martinet 110, 214-215
Martin-pêcheur 110, 150, 212-213, N1
Martre 292, 318
Martre pêcheuse 292, 360
Masques 19, 42, 111, 115-116, 153, 209-210, 269, 364-365
Maya 198, 304, 354
Merle 45, 66, 110, 216-217, 224, 238
Merle d'Amérique (rouge-gorge) 66, 110, 238-239
Merle noir 110, 216
Merlebleu 66, 110, 215-216
Merlin 145, 319, 369, N22
Mésange 110, 218-219

Mésange à tête noire 218

Métamorphose 48, 50, 110, 133, 153, 188, 228, 245, 266, 269-270, 273, 276, 279-283, 319, 324, 354, 366, 368-369, 371, 387-388, 393, 401, 403, 405-406, 412, 417

Micmacs 320

Miel 37, 349, 394-395

Milarépa 356

Mite 213

Moineau 66, 195, 199, 219, N18

Moqueur 220-221

Moqueur chat 221

Mouette 222

Moufette 45, 174, 292, 341-343, 376

Mouflon 294-295

Mouflon canadien 294-295

Mouton 294

Mouton bleu 356

Mulot 176, 374

Mulot commun 374

Mulot sylvestre 374-375

Musc 289, 292, 341-342

Mustélidés 292, 297

Mygale 398

Nymphe 182, 388, 400-401

Odin 93, 188, 192, 307, 396

Œuf 60, 113-114, 126, 157, 160, 166, 173, 179, 183-184, 193, 198-199, 204-205, 209-210, 212-213, 217, 220, 237, 239, 241, 243, 248, 287, 388, 401, 406, 410, 412, 414, 417, 427, N5

Oie 110, 223-225

Oie blanche du Canada 223
Oie des neiges 223, 225
Oiseau-tonnerre 228
Oomancie 113
Ooscopie 113
Opossum 83, 244, 265, 344-346
Orignal 301, 319, 381
Oriole 210
Ornithologue 187, 271
Orque 315
Otarie 357-358
Ours 9, 13, 30, 52, 98, 219, 242, 322, 346-349, 364, 367, N15
Pan (dieu) 167, 310
Panthère 329, 349-357, 361-362
Paon 110, 198, 225-226, 352, N21
Papillon 383, 386, 389, 403-405, 430
Papillon de nuit 404
Pékan 360
Pélican 101, 110, 226-227
Perroquet 227-228
Petit-Duc 171, 176, 199
Phalène 404
Phénix 46, 93, 226
Phéromone 342, N14
Phoque 349, 357-358
Phoque commun 357
Pic 66, 83, 101, 110, 164, 228-231, 240, N7
Pic flamboyant 59, 228-231

Pie 110, 188, 231-233, N25

Pigeon 104, 110, 184, 233-234, 271

Pingouin 102, 125, 234, N23

Pinson 110, 164, 167, 201

Pipe sacrée 61, 296

Pique-bœuf 374

Plongeon 110, 126, 155, 195, 234-236

Pollinisation 181, 306, 394

Porc-épic 13, 53, 359-362

Poule 160-161, 185, 198, 200, 236-237, 263, 365, 372, N20

Poulet 236

Puma 52, 349, 360-362, 382

Putois 312

Pygargue à tête blanche (aigle chauve) 152-153

Quetzalcoatl 93, 420

Quiscale 237-238, 241

Quiscale bronzé 237

Quiscale Merle 237

Rage 306, 343

Rapace 48, 53-54, 67, 78, 101, 153, 158, 160-161, 170, 173-176, 191, 244, 246-247, 318, N4

Rat 84, 253, 363, 411

Rat des champs 363

Rat des villes 363

Rat sauteur 374

Raton laveur 55, 83, 265, 349, 364-366, 426

Ravana 226

Reine 77, 395, 399

Renard 13, 41, 48-49, 244, 261, 318, 347, 366-372

Renard arctique 368

Renard polaire 368

Renard roux 51, 71, 74-75, 367-368

Renne 300-301

Rêve 7, 13, 15, 19, 28-29, 31, 35, 38, 49, 52, 54, 57, 71, 75-76, 110, 127, 140, 174, 211-212, 234-236, 254, 281-282, 299-300, 322, 340, 358, 375, 395, 398-399, 403, 411, 419-420

Rêve éveillé 235

Rêve lucide 174, 211, 234-235, 340, 357, 411, 418

Rhinocéros 373-374

Riu Chiu 260-261

Roitelet 242-243

Roselin pourpré 201

Rossignol 199, 220

Rouge-gorge 66, 110, 238-240, 242

Ruche 349, 395

Salamandre 411-412

Sanglier 379

Sansonnet 110, 199

Sauterelle 58, 195, 203, 372, 389, 391, 405-406

Scarabée 49, 131, 195, 372, 406

Sconse 174, 341-342

Selkie 358

Sepentaire (aigle) 152-153

Sephiroth 146, 217

Serpent 43, 48, 55, 82, 93, 113-114, 145, 151, 153, 160-161, 185, 226-227, 268, 313, 322, 409-411, 420-424, N3

Serpent à plumes 93

Serpent à sonnette 423

Sittelle 110, 240

Souris 29, 43, 48, 55, 67, 170, 173, 175-176, 195, 292-293, 298, 304, 306-307, 323, 328, 371-372, 374-375, 411

Souris de terre 374

Souris des bois 374

Sphénodon 409

Sturnelle 110, 237, 241

Sturnidés 199

Talisman 114, 131, 214

Tambour 36, 110, 115, 181, 186-188, 228-230, 257, 261, 268-269, 277, 283, 343

Tarentelle 398

Tarentule 398

Tarot 7, 160, 240, 306, 314, 339, 366, 396

Tatou 53, 375-377

Taupe 298

Taureau 253, 325, 378

Teckel 298

Terrapene 426

Terre (élément) 52, 141, 254

Têtard 412, 417

Tétras 144, 186-188

Tétras des armoises 187

Tigre 28, 31, 349-350, 352, 354, 379-380

Tigre blanc 380

Tigre de Sibérie 379

Tigre du Bengale 379

Tortue 30, 111, 261, 265, 376, 396, 409, 411, 424-428, N5
Tortue marine 424-427
Tortue peinte 426
Tortue serpentine 426
Tortue-boîte 426
Troglodyte 242-243
Tuatara 409
Uranus 202
Uriel 167, 211, 216, 241, 404
Urubu à tête rouge 47, 135, 137, 244-246
Vache 178, 301, 378, 406
Vacher 193, 243
Vaudou 263, 268
Vautour 13, 47, 93, 110-111, 135, 137, 143-144, 244-249, 261
Veau 296, 357, N9
Veau marin 357
Veuve noire 397
Vison 292
Wapiti 13, 301, 380-382
Yantra 82
Zèbre 157
Zeus 151, 197, 228, 352

1. Littéralement, la « quête du faucon ». Une organisation de sensibilisation et d'éducation à l'environnement, fondée par Kin Quitugua, en 1986 (*NdT*).

1. « *As above, so below; as below, so above* » (« Three initiates », *The Kybalion*, The Yogi Publication Society, Chicago, 1940, p. 28).

2. *Ibid.*, p. 29-30.

1. Comme Elmer le chasseur désigne son ennemi préféré le lapin Bugs Bunny.

2. Migene Gonzalez-Wippler, *A Kabbalah for the Modern World*, Llewellyn Publications, St-Paul, 1987, p. 134-135.

3. Ou cerf hémione. Variété de cervidé de l'ouest de l'Amérique du Nord (*N.d.T.*).

4. Le nom anglais de ce rapace, *snail kite*, littéralement « milan à escargot », caractérise parfaitement cette mono-alimentation (*N.d.T.*).

5. Littéralement, « frais », en anglais (*N.d.T.*).

6. Weidensaul Scott, *American Wildlife*, New York, Gallery Books, 1988, p. 163.

7. *Colaptes auratus auratus* (*northern yellow-shafted flicker*). Pic de la famille *colaptes*, à ailes jaunes, présent dans le Nord-Ouest et le Nord-Est américains (*N.d.T.*).

8. Extrait de Barry Lopez, *Crow and Weasel*. © 1990 Barry Holstun Lopez. Reproduit avec l'aimable autorisation de North Point Press, une division de Farrar, Straus & Giroux, Inc.

9. Littéralement, « femme-veau de bison blanc », car lorsque les deux chasseurs la rencontrèrent par hasard, ils la prirent d'abord pour un petit veau de bison blanc (*N.d.T.*).

1. Wolfe Art, *Owls. Their Life & Behavior*, New York, Crown Publishers Inc., 1990, p. 117.

2. Pour de plus amples informations, vous pourrez consulter un de mes ouvrages précédents : *The Magical Name* (*Le Nom magique*, inédit en français).

1. Rossbach Sarah, *Feng-Shui. The Chinese Art of Placement*, New York, E.P. Dutton, 1983, p. 2.

1. Tiré de Manly P. Hall, *The Secret Teachings of All Ages*, Philosophical Research Society, Los Angeles, 1977, p. LXXXV.

1. Bantock Nick, *Wings*, New York, Random House, 1991, p. 5.

1. Wexo John Bonnett, *Zoo Books. Birds of Prey*, San Diego, Wildlife Education Ltd, 1980, p. 2.

2. Cirlot J.E., *A Dictionary of Symbols*, New York, Philosophical Library, 1971, p. 252.

3. Du latin *nictare*, « cligner » (*N.d.T.*).

4. Whitman, Walt, « There was a child went forth », *Two Ways of Seing*, Boston Little, Brown & Company, 1971, p. 15.

5. À ne pas confondre avec l'ovomancie qui est la divination par les blancs d'œufs (jetés dans l'eau) (*N.d.T.*).

6. Baskin Wade, *The Sorcerer's Handbook*, Secausus, Citadel Press, 1974, p. 432.

1. O'Connor Karen, *The Feather Book*, Minneapolis, Dillon Press, 1990, p. 4-5.

1. Regardie Israel, *How to Make and Use Talismans*, Wellingborough, The Aquarian Press, 1981, p. 11.

2. Pour des informations plus spécifiques sur les caractéristiques de l'aura humaine, consultez l'ouvrage de l'auteur, *How to See and Read the Aura* [*Comment lire et voir l'aura*], Llewellyn Publications.

3. Russell Franck, « The Pima Indians », in *26th Annual Report of the American Ethnology*, 1904-1905, Government Printing Office, Washington DC, 1908, p. 206-230.

4. Le houx est une essence protectrice pour les fées et les elfes, et le griffon est aussi leur gardien. Quand un griffon apparaît, il laisse souvent une plume en cadeau. Une telle plume a atterri dans ma main après une semblable apparition. Je l'ai décrite dans mon ouvrage *Enchantment of the Faerie Realm*.

5. Tyler Hamilton A., *Pueblo Birds and Myths*, *op. cit.*, p. 2-3.

1. Alcyon est un autre nom – mythologico-allégorique – du martin-pêcheur (*N.d.T.*).

2. Wexo John Bonnett, *Eagles. Zoo books*, San Diego, Wildlife Education, 1988, p. 12.

3. Sames Jamie, Carson David, *Medicine Cards*, Santa Fe, Bear & Company, PO Drawer 2860, NM 87504, 1988.

4. Pour plus d'informations, vous pouvez consulter mon précédent ouvrage, *Sacred Sounds. Transformation through Music and Voice*, Llewellyn Publications.

5. Sams Jamie et Carson David, *Medicine Cards*, Santa Fe, Bear & Company, 1988, p. 121.

6. De La Torre Julio, *Owls. Their Life and Behaviors*, New York, Crown Publishers, 1990, p. 8.

7. De La Torre Julio, *Owls. Their Life and Behaviors*, *op. cit.*, p. 26.

8. Cet engoulevent bois-pourri est le seul oiseau connu pour hiberner. En automne, il se glisse dans des échancrures, des fissures ou des trous dans les canyons et il s'éteint littéralement. C'est aussi un proche parent de la chouette. On croyait traditionnellement que si un engoulevent bois-pourri se posait sur votre toit, quelqu'un allait mourir. De nombreux Européens pensaient que cet oiseau essayait d'attraper l'âme au moment où elle quitterait le corps.

9. Ce sur quoi insiste très bien son nom français, « engoulevent », du verbe *engouler* (« attraper d'un coup avec la gueule ») et *vent* (*N.d.T.*).

10. La famille à laquelle appartient l'engoulevent est aussi appelée en anglais *nightjar*. Le nom vient du fait que la voix de ces oiseaux ondulerait bruyamment ou vibrerait (*jar*) la nuit. On pensait souvent que les oiseaux qui avaient un cri étrange ou inquiétant la nuit possédaient des pouvoirs surnaturels ou étaient des liens avec les mondes surnaturels.

11. *Hummingbird* peut aussi signifier « oiseau bourdonnant, ou vrombissant » ; ce qu'évoque le bruit de ses ailes et c'est également, en plus de sa petite taille, l'une des explications de son surnom d'« oiseau-mouche » (*N.d.T.*).

12. Biel Timothy, *Zoobooks 2. Hummingbirds*, San Diego, Wildlife Education, 1987, p. 6.

13. Tyler Hamilton A., *Pueblo Birds and Myths*, Flagstaff, Northland Publishing, 1991, p. 98-104.

14. Manly P. Hall, *The Secret Teachings of All Ages*, *op. cit.*, p. LXXIX-XC.

15. Hoeller Stephan A., *The Gnostic Jung*, Wheaton, Theosophical Publishing House, 1982, p. 85.

16. Appelé en anglais *road runner* (« coureur de route »), dont l'espèce a été immortalisée dans la fiction à travers le personnage de dessins animés, Bip-Bip (*N.d.T.*).

17. Mackenzie John P.S., *Birds of Prey*, Toronto, Key Porter Books, 1986, p. 13.

18. Surtout en raison de sa petite taille plus qu'en raison de sa consommation occasionnelle de moineaux (*N.d.T.*).

19. En réalité, le terme *sparrowhawk* désigne plus légitimement les oiseaux de la famille des accipitridés (éperviers, autours...) (*N.d.T.*).

20. À leur arrivée en Europe, on les appelait « coq d'Inde » (pour le mâle) et « poule d'Inde » (pour la femelle), ce qui s'est contracté en un simple « dinde » (*N.d.T.*).

21. Le nom scientifique du dindon sauvage, *gallopavo*, fait à la fois référence au coq (*gallus*) et au paon (*pavo*).

22. Cooper J.C., *Symbolism. The Universal Language*, Wellingborough, The Aquarian Press, 1982, p. 67.

23. Le manchot est appelé *penguin* en anglais, d'où une confusion fréquente. En revanche, l'oiseau que l'on connait sous le nom de « pingouin » en français (et qui, lui, a la capacité de voler) est appelé *razorbill*, en anglais. Ce pingouin est en réalité le « petit pingouin », pour le distinguer du « grand pingouin », aujourd'hui disparu, qui, lui non plus, ne volait pas et ressemblait davantage au manchot (*N.d.T.*).

24. Tyler Hamilton A., *Pueblo Birds and Myths*, *op. cit.*, p. 141.

25. Voir notamment *Sing a Song of Sixpence*, dont on trouve l'écho dans *La Nuit des rois* de Shakespeare, et où il est question de « vingt-quatre merles cuits dans une tourte » (*Four and twenty blackbids baked in a pie*) (*N.d.T.*).

26. Sun Bear & Wabun, *The Medecine Wheel*, Englewood Cliffs, Prentice-Hall, 1980, p. 71-78 (Sun Bear & Wabun, *La Roue de la médecine. Une astrologie de la terre mère*, Paris, Albin Michel, 2009).

27. Limburg Peter, *What's in the Names of Birds?*, New York, Coward, Mc Cann and Geoghegan, 1975, p. 4.

28. Les loriots d'Europe appartenant, eux, à la famille des passereaux oriolidés (*N.d.T.*).

29. Clement Roland C., *The Living World of Audubon*, New York, Grosset & Dunlap Publishers, 1974, p. 254.

30. *Ibid.*, p. 224.

31. Stein Jess, *The Random House Dictionary of the English Language*, New York,

Random House, 1970, p. 1415.

32. Tyler Hamilton A., *Pueblo Birds and Myths*, *op. cit.*, p. 225-229.

1. Limburg Peter, *What's in the Name of Wild Animals*, New York, Coward, McCann & Geoghegan, Inc., 1977.

2. Snead Stella, *Animals in Four Worlds*, Chicago, University of Chicago Press, 1989, p. 7.

1. Michael J. Caduto, Joseph Bruchac, *Keepers of the Animals. Native American Stories and Wildlife Activities for Children*, Fulcrum Publishing, Inc., 350 Indiana Street, #350, Golden, CO 80401 (303) 277-1624.

2. *Ibid.*, p. 161-162.

3. Extrait tiré de Barry Lopez, *Crow and Weasel* [*La Corneille et la Belette*], *op. cit.*

4. Le mot « tanière » vient du gaulois *taxo*, qui signifiait précisément blaireau, avec le suffixe *-aria* pour « aire, espace d'abondance ». Le mot est devenu en bas-latin *taxonaria* avant de donner « tanière ». Cette tanière désigne donc bien le logis du blaireau avant celui de n'importe quel autre animal (*N.d.T.*).

5. Manly P. Hall, *The Secret Teachings of All Ages*, *op. cit.*, p. CXCIV-CXCVI.

6. Sams Jamie et Carson David, *Medicine Cards*, *op. cit.*, p. 205-207.

7. En réalité, on estime aujourd'hui qu'il en existe trois : l'éléphant d'Afrique se divisant entre l'éléphant de savane d'Afrique et l'éléphant de forêt d'Afrique (*N.d.T.*).

8. Cirlot J.E., *A Dictionary of Symbols*, *op. cit.*, p. 139.

9. Brower Kenneth, « The wolf man of riding mountain », in *Harrowsmith, ii:11*, septembre-octobre 1987, p. 75.

10. Mech L. David, *The Wolf*, Minneapolis, University of Minneapolis Press, 1970, p. 288.

11. Weidensaul,Scott *American Wildlife*, *op. cit.*, p. 4.

12. Limburg Peter, *What's in the Name of Wild Animals*, *op. cit.*, p. 115.

13. Sams Jamie et Carson David, *Medicine Cards*, *op. cit.*, p. 109.

14. Selon le Dictionnaire Random House de la langue anglaise (Stein Jess, *The Random House Dictionary of the English Language*, *op. cit.*, p. 1081), une phéromone est « une substance hormonale secrétée [...] stimulant une réaction physiologique ou comportementale ».

15. Taxonomiquement parlant, le chien comme l'ours appartient au sous-ordre des caniformes (*N.d.T.*).

16. Qui, lui-même, a un nom scientifique de famille, *Procyon*, signifiant littéralement – d'après son origine grecque – « avant le chien », voire « qui ressemble au chien » (*N.d.T.*).

17. Il est même inscrit dans le *Guiness des records* pour cette multiplicité de noms,

notamment en anglais (*N.d.T.*).

18. Limburg Peter, *What's in the Name of Wild Animals*, *op. cit.*, p. 140.

19. *Ibid.*, p. 140.

20. Limburg Peter, *What's in the Name of Wild Animals*, *op. cit.*, p. 147.

21. Lavine Sigmund A., *The Wonder of Foxes*, New York, Dodd, Mead & Company, 1986, p. 13.

22. Lorre Goodrich Norma, *Merlin*, © Norma Lorre Goodrich. Citée avec l'autorisation de l'éditeur Franklin Watts Inc., New York.

23. McDearmon Kay, *Foxes*, New York, Dodd, Mead & Company, 1981, p. 26.

1. Nom indien pouvant se traduire par « aigle » (*N.d.T.*).

2. Curtis Natalie, *The Indian's Book. An Offering by the American Indians of Indian Lore, Musical and Narrative, to Form a Record of the Songs and Legends of Their Race*, New York, Harper Brothers, 1907, p. 96.

1. Farb Peter, *The Insects*, New York, Time-Life Books, 1968, p. 17.

2. Le « globe d'or » ne fait pas allusion à la couleur de son abdomen (qui peut arborer différentes couleurs, dont le jaune, néanmoins, à l'occasion), mais à la toile qu'elle tisse en beaux fils dorés (*N.d.T.*).

3. Carroll, Lewis, *The Original Alice in Wonderland* (*Alice au pays des merveilles*), Newmarket, Brimax Books, 1988, p. 41.

4. Farb Peter, *The Insects*, *op. cit.*, p. 12.

1. Cooper J.C., *Symbolism. The Universal Language*, *op. cit.*, p. 71.

2. Stein Jess, *The Random House Dictionary of the English Language*, *op. cit.*, 1970, p. 873.

3. Farb Peter, *The Insects*, *op. cit.*, p. 12.

1. Sams Jamie et Carson David, *Medicine Cards*, *op. cit.*, p. 181-183.

2. Hall Manly P., *Twelve World Teachers*, Los Angeles, Philosophical Research Society, 1965, p. 223.

3. Nâgas est en outre un mot qui signifie simplement « serpent » (*N.d.T.*).

4. Hope Murray, *Practical Egyptian Magic*, New York, St Martin Press, 1984, p. 108.

5. Qui dans ce conte est en réalité la tortue sauvée, car la jeune fille s'était métamorphosée en cet animal (*N.d.T.*).

1. Michael J. Caduto, Joseph Bruchac, *Keepers of the Animals. Native American Stories and Wildlife Activities for Children*, *op. cit.*